

www.ibtesama.com/vb
أجيال
AJIAL
الطب القديم
خلاصة أسرار الأطباء القدامى من الطبيعة
ANCIENT MEDICINE
د. عادل عبد العال
نائب رئيس اكاديمية أونتاريو
للطب البديل بكندا
منتدى مجلة الإبتسامة
www.ibtesama.com/vb
مايا شوقي

الطب القديم

خلاصة ما توصل إليه الطب المصري القديم

تأليف

د. عادل عبد العال

نائب رئيس أكاديمية أونتاريو بكندا

ومدير عام مركز السمنة والنحافة بعجمان



اسم الكتاب: الطب القديم

المؤلـــــف: د. عادل عبد العال

الطبعة الثالثة: ١٤٢٨هـ - ٢٠٠٧م.

تصميم الغلاف: group 8gates.

رؤية : م.أيمن مجدي الزيني

مقاس الكتاب: ١٤ × ٢٠.

رقم الإيداع: ٢٠٠٦/٢١٥٦٠

إخراج داخلي: مركز السلام للتجهيز الفني.

الناشـــــر: دار أجيال للنشر والتوزيع.

هاتف: ٠١٠٢١٨٩٦٢٧ ٢+.

الموقع على شبكة الإنترنت: www.darajial.net



المقدمة

الحمد لله الذي علم بالقلم.. وأنزل علمه على من اختص من عباده وألهم..

والصلاة والسلام على خير خلق الله، سيدنا محمد ﷺ أشرف من وطئ الأرض بقدميه، وأعظم من تحدث وتكلم.

وبعد أخي القارئ الكريم..

فهذا كتابنا (الطب القديم) والذي يسعدني أن أصحبكم من خلاله كي نطرق أبوابًا جديدة، ونتعرف على آفاق فريدة، في زمن قديم سحيق..!!

عهد كان في الغرب معروفًا بأنه ظلمات وجهل وتخلف.

لكننا سنعيشه مع قوم أذهلوا العالم بعلمهم، وحيروا العقول بفنهم، وانتزعوا آهات الدهشة والإعجاب من صدور كل من تعرف عليهم.

سأعود بكم إلى أكثر من ٤٠٠٠ سنة، نطالع في صحف غابرة، لم تستطع الأيام أن تداري ما بها من كنوز، أو تخفي ما تحويه من درر.

إلى عهد الفراعنة سأصحبكم، وعن طرقهم في العلاج ومداواة الأمراض سأحدثكم.

كثر هم من يظنون أن أكثر ما تركه الفراعنة إبهارا هو أطلال أحجار في شمال مصر وجنوبها..

وكثر هم كذلك من يجهلون تميز الفراعنة في ميادين الحياة المختلفة، وتقدمهم الرهيب في مجالات الطب والهندسة، والفلك، وغيرها من العلوم..

العلماء كل يوم يرفعون لهم القبعة.. ويسجلون لهم السبق العلمي.. ويستعجبون من علمهم.. ويتساءلون في حيرة: هل لعلم هؤلاء القوم من منتهى....؟

ويتضح يوما بعد يوم كم العطايا التي من الله سبحانه وتعالى بها على هؤلاء القوم، والفتوحات التي فتح عليهم بها.

وفي هذا الكتاب نتحدث عن الطب الفرعوني، ونبحر في العادات الغذائية والوقائية لهؤلاء القوم..

نطوف معكم في مئات البرديات، ونستعرض الوصفات التي أيدها العلم الحديث وشدد على أهميتها.

هي جولة ليس فيها عوامل كيميائية البتة، فقط أعشاب يستطيع المرء منا الحصول عليها بأقل مجهود، وبسعر ميسور.

ونحن إذ نتحدث عن الطب الفرعوني نتحدث عـن علـم يجـب دراسته والتعرف عليه والاستفادة منه فلقد ترك لنا المصريون القدماء ثروة طبيـة عظيمـة.. رسموهـا علـى خـرائط معابـدهم ومقـابرهم، ونحتوها على تماثيل وقوارير، وكتبوها على برديات.

منها ما يتحـدث عـن أكـلات ومشـروبات صـحية، ومنهـا مـا يتحدث عن أكلات علاجية، بالإضافة إلى وصـفات أخـرى لعـلاج الأمراض والكسور.

بل ولقد ترك الفراعنة للبشرية من بعدهم طرق إعداد وتحضـير الأدوية والعقاقير الطبية!.

.. وستجد عزيزي القارئ في هذا الكتاب عشـرات الوصـفات المجربة، والتي ثبت مفعولها في عـلاج الأمـراض، ذكرناهـا بمقاديرهـا المحددة كما جاءت في الطب الفرعوني القديم.

ونحن إذ نثني على هذه الوصفات ننوه أنها مجرد وصـفة صـحية وليست تميمة سحرية!!!.

وليس بالضرورة ما يصح لمريض يصح لآخر، وليس بالضرورة كذلك أن يرى المريض تأثير الوصفة عليه أو يلحظ تقدمًا كبيرًا.

فحالة المريض يتوقف عليها بشكل كبير الوصفة الملائمة له.

ـ وهدف هذا الكتاب في الأصل أن يبرز دور الأعشاب والطب

البـديل في حياتنـا، ويعطـي لكـل فـرد في أمتنـا الإسـلامية الغاليـة معلومات حول بعض الأعشاب وتأثيرهـا المهـم علـى كافـة أنشـطة الجسم، وكذلك يعلمنا كيف نستطيع المحافظة علـى صـحتنا بواسـطة الاستخدام المثالي للأعشاب.

أسأل الله سـبحانه وتعـالى أن يكتـب مـا سـطرت في صـحائف العلم النافع، وألا يحرمنا أجر من قرأ وعمل بما كتبت .

وأسعد باستفساراتكم واستشاراتكم عبر فاكس مركز السـمنة والنحافة بإمارة عجمان بالإمارات العربية المتحدة:

فاكس: ٠٠٩٧١٦٧٤٢١٤٩٦
أو عبر موقعنا الالكتروني:
www.tbbadil.com

والله الموفق

المؤلف

الفصل الأول

أنواع النباتات



الفصل الأول

أنواع النباتات





الإيمر «القمح البري» Emmer:

الإيمر نوع من أنواع القمح، ومعظم أصنافه برية، والقليل منها يزرع مثل القمح الإسترالي، وقد زُرِعَ الإيمر في مصر منذ أقدم العصور، واستخدم بكثرة في صنع الخبز، وقد استخدم الإيمر في الطب في عمل الضمادات، ومع نبات آخر كان يسهل عملية الولادة، وفي زيادة نمو الشعر، ودخل في وصفة لشراب منعش للقلب، واستخدم في علاج السعال. وكانت حبوب الإيمر مع الماء تمنع الإمساك، واستخدم خليط مشابه بعد تعريضه للندى أثناء الليل كقطرة للعين، وصنعت كمادة لعلاج تورم القدمين، وكانت حبوب الإيمر جزءًا من علاج يمنع الحمل عند المرأة.

أكاليل الملك أو الحندقوق Yellow sweet clover (melilot):

ينمو نبات الحندقوق بريًا في أوربا وآسيا والولايات المتحدة، ويستخدم بكثرة كعلف حيواني، كان هذا العشب قديمًا يستخدم في علاج عدد من الحالات لمفعوله، كطارد للريح وطارد للبلغم، ومضاد للتجلط، وكمضاد حيوي، وشراب الحندقوق يساعد على

الهضم، وأزهار الحندقوق تجذب النحل، ولكنها تطرد حشرة العتة.

وقد استخدم الحندقوق كمسحوق، ويمكن أكل أوراقه مثل الخضراوات، ولكنها مرة إلى حد ما، ويذكر «بروسبيرو» أن الحندقوق عشب مدفئ، ويستخدم ضمن مكونات أخرى في عمل كمادات لمعالجة الحميات، كما أن بذوره تضاف إلى شراب أساسي؛ فتخفف الألم، وفي بردية «طبية قبطية» ذكر الحندقوق ككمون لأحد الأدوية المستخدمة في علاج الخصيتين المريضتين.

الأثل - الطرفاء Tamarisk:

نبات الأثل متوطن في مصر، وثمرته تسمى «تمر الأثل»، ويذكر أن الثمرة كانت تستخدم في التقطير لمداواة العيون، وفي الطب الآشوري استخدم الأثل في علاج أمراض متنوعة، وفي الطب الشعبي الحديث تستخدم هذه الثمار لعلاج العيون، والبواسير والدوسنتاريا، كما أنها تطحن وتستخدم كمسحوق لتنظيف الأسنان.

واستخدم قدماء المصريين خشب الأثل في أعمال النجارة، وثماره في الطب في عمل دواء لمداواة الالتهابات الحادة، وعملت ضمادات من غصينات الأثل ونبات أخرى كمهدئ للأوعية الدموية، وذكر عن استخدام مستخلص من الخشب لعلاج الجذام والتقرحات، ومستخلص آخر من اللحاء يعالج به المهبل لإيقاف الحيض.

التخلص من البلغم، ولعلاج السعال والزكام وآلام المعدة، وتدلك به الجروح، وحب الشباب.

وفي الطب الفرعوني كان يستخدم كعلاج للحيض بعد خلطه مع كمية مماثلة من النبيذ أو عصير العنب، ويحول الخيط إلى عجينة ثم يوضع في مهبل المريضة، واستخدم البصل أيضًا في التحنيط، ويستخدم في علاج لدغة الثعبان.

البردي papyrus:

كان لباب البردي ينزع بالتقشير ثم يرص على هيئة ألواح، وتلصق، ويستخدم للكتابة، وكانت ألياف البردي تنسج لعمل أشرعة السفن، والملابس والحصر أو تبرم معًا لعمل الحبال.

وكانت سيقان النباتات بعد النضج تضم معًا وتربط بإحكام، ويصنع منها المراكب أو تستخدم كخشب للوقود، وكانت أزهار البردي تستخدم لصنع باقات الزهور لتزيين المعابد والمقابر.

وكان البردي يستخدم في الطب الفرعوني لعمل ضمادات مع أعشاب أخرى لعلاج تصلب الأطراف، وكمادة ضاغطة للعين، وإذا استخدم مع الماء؛ فإنه يشفى حالات الكالو «مسمار القدم»، وكان رماد البردي يستخدم مع مكونات أخرى لعمل مسحوق للأسنان، ولعلاج الخراريج، وكان رماد البردي يشرب مع عصير العنب للنوم والقلق والأرق.

وفي الطب الإسلامي كان رماد البردي يوضع فوق الجروح لتجفيفها، كذلك كان مفيدًا لعلاج قرح الفم، كما كان يخلط بالخل لعلاج نزف الأنف.

البشنين «الأبيض» - النيلوفر - اللوتس White Lotus :

من أحب النباتات لدى المصريين القدماء، وأزهاره وأوراقه الجذابة تدخل في صناعة الأدوية المصرية، لعلاج أمراض مختلفة، منها أمراض الكبد «اليرقان الصفراء»، عند خلطه مع نبيذ أو عصير العنب ومسحوق السدر وتين وحليب وعرعر ولبان وماء شعير، ويشرب في الصباح لمدة أربعة أيام، يشفي من أمراض الكبد.

البازلاء «البسلة» Pea:

وقد وجدت بذور البازلاء في مصر ابتداءً من عصر الدولة الوسطي، وفي الطب الفرعوني كانت البازلاء تدخل ضمن الأدوية مثل: دواء لعلاج أي خراج، ودواء لعلاج البثور، وقد عولجت الأمراض المعدية بتحضير شراب مسكّن من البازلاء مع ماء الشعير.

البنجنكست «كف مريم» Chaste tree:

شجرة كف مريم نبات شجيري عبيري، متوطن في جنوب غرب أوربا، وتحتوي بذور النبات على مادة من أشباة الهرمونات، لها استخداماتها في الطب النسائي والتوليد، وتعالج التوتر الذي يسبق

التخلص من البلغم، ولعلاج السعال والزكام وآلام المعدة، وتـدلك به الجروح، وحب الشباب.

وفي الطب الفرعوني كان يستخدم كعلاج للحيض بعـد خلطـه مع كمية مماثلة من النبيذ أو عصير العنب، ويحول الخيط إلى عجينـة ثم يوضع في مهبل المريضـة، واسـتخدم البصـل أيضًـا في التحنـيط، ويستخدم في علاج لدغة الثعبان.

البردي papyrus:

كان لباب البردي ينزع بالتقشير ثـم يـرص علـى هيئـة ألـواح، وتلصق، ويسـتخدم للكتابـة، وكانـت أليـاف الـبردي تنسـج لعمـل أشرعة السفن، والملابس والحصر أو تبرم معًا لعمل الحبال.

وكانت سيقان النباتات بعد النضج تضم معًـا وتـربط بإحكـام، ويصنع منها المراكب أو تسـتخدم كخشـب للوقـود، وكانـت أزهـار البردي تستخدم لصنع باقات الزهور لتزيين المعابد والمقابر.

وكان البردي يستخدم في الطب الفرعوني لعمل ضـمادات مـع أعشاب أخرى لعلاج تصلب الأطراف، وكمادة ضاغطة للعين، وإذا استخدم مع الماء؛ فإنه يشفى حالات الكالو «مسمار القـدم»، وكـان رماد البردي يستخدم مع مكونات أخرى لعمل مسـحوق للأسـنان، ولعلاج الخراريج، وكان رماد البردي يشرب مع عصير العنب للنوم والقلق والأرق.

ثمرته طازجة أو مجففة، وهي معروفة بتأثيرها الملين، وعرف المصريون خصائص التين؛ فصنعوا منه شرابًا للإمساك، ودواء آخر لإزالة آلام البطن، ودواء لعلاج القلب، ودواء لعلاج الرئة، ويدخل في خليط لعلاج الالتهابات، وعلاج البواسير.

التفاح Apple:

التفاح أشهر من أن يوصف، وفي التوراة يعرف باسم «تبواح»، وقد ذكره «بروسبيرو» كجزء من الغذاء المصري، وكانت أشجار التفاح مزروعة في حدائق رمسيس الثاني بالدلتا، ولا يبدو أن التفاح شجر وثمار، وإن كان يذكر في طب الأعشاب الآشوري كعلاج للمرض التناسلي.

الثوم Garlic:

موطنه الأصلي أسيا، وفي الطب يعتبر من مضادات البكتيريا، لعلاج التهابات الأغشية المخاطية والزكام، وقد وجدت فصوص الثوم في المقابر الفرعونية بما فيها مقبرة توت عنخ آمون.

ومن مزايا الثوم أنه: طارد للثعابين والعقارب، وإذا خلط بالعسل يستخدم مرهمًا لعلاج عضة الكلب ولدغة الثعبان، وكانت الكدمات والرضوض تعالج بالثوم المشوي «المحمص» في الزيت، وكان الثوم النيئ يستخدم في علاج الربو، وكان الثوم الطازج مع الكسبرة بالإضافة إلى النبيذ أو عصير العنب يعطى عقارًا مسهلًا

ومثيرًا للرغبة الجنسية، ويطحن الثوم مع الخل والماء، ويستخدم للغرغرة، ولعلاج إلتهاب اللوزتين، وآلام الأسنان.

الجميز Sycamore fig:

ثمار الجميز وخشبه عثر عليهما في مقابر سكان ما قبل الأسرات في مصر القديمة، وظهرت شجرة الجميز في النقوش والمشاهد على الحوائط، وفي المقابر منذ الدولة الحديثة، ولكي تؤكل الثمرة لابد أن تشق بسكين بعد نضجها قبل الجمع لتمكين الطفيليات من التسرب منها.

وكان الخشب يستخدم في النجارة والأوراق والثمار في الطب المصري، والأوراق المرشوشة تدخل ضمن جرعات الدواء لعلاج الإمساك، ولعمل ضمادة مهدئة عند معالجة كسر بالعظام.

وكانت ثمار الجميز الناضجة المشقوقة من الملينات المفضلة، ولعلاج انتفاخ البطن، وتدخل في العلاج للقضاء على الديدان، وصنع دواء لعلاج آلام الأسنان.

وقد استمر الأقباط في استخدام الجميز طبيًّا إذ كانوا يدلكون كل أنواع الأورام به، وفي الطب الشعبي في أواخر القرن الماضي كان لبن الجميز يستعمل في علاج عدد من الأمراض الجلدية.

الحمص Chick- pen:

الحمص من الأطباق المفضلة لدى المصريين حاليًا، وقد ذكر الحمص في نصوص قديمة، واعتقد القبط أن الحمص يساعد على إدرار اللبن.

الحنظل Colocynth:

نبات متوطن في مصر، ثماره مرة الطعم جدًا، وإذ جفف اللب وسحق يصبح شربة مسهلة.

حشيشة البراغيث Fleabane Lnula graveolens Inula conyza

حشيشة البراغيث من البناتات الضخمة المعمرة التي تنمو بريًا في أوروبا وأسيا، وأوراق النبات ذات رائحة نفاذة جدًا، ومنفرة للحيوانات، وقد استخدمت كأعشاب لعلاج الجروح، وكمبيد حشري، واستخدمت سيقان النبات في الوقود، ويعتبر النبات من مضادات البكتيريا القوية.

ويقول «ديوسكوريدس»: إن النبات يصد الزواحف والبراغيث، وإن أحد أصنافه كان يستخرج منه ترياق للسموم، وفي الواقع نجد أن حشيشة البراغيث تستخدم كما تقول المراجع الطبية في مطاردة البراغيث.

الحناء Henne:

أشجار الحناء كبيرة، وموطنها الأصلي بلاد فارس «إيران» حاليًا، وهي الآن تزرع في مصر، وبلاد الشرق الأوسط، ومسحوق الأوراق الجافة يعتبر مهدئًا وقابضًا، ويستخدم بشكل واسع في صبغ الشعر، وأحيانًا في صبغ الأقمشة، وفي النوبة توضع الأوراق تحت الإبطين لإزالة رائحة العرق، ويستخدمها النسوة السمر في صبغ أجسادهن، كذلك يستخدمونها مخلوطة مع السنط في تدليك الأيدي والأرجل المصابة بالقروح.

وفي الطب الإسلامي كانت الحنة مع الخل يدلك بها الرأس على أنها تشفي من الصداع والأوجاع، وقد وجد أن الدهان بالحناء مفيد أيضًا في مداواة الحروق والبثرات والقروح، وكوسيلة لإزالة رائحة القدم الكريهة، وبصفة عامة رائحة الجسد الكريهة، وبعض المومياوات وجد أن شعورها صبغت لون بلون أحمر، وقد عملوا من الحناء دواء لعلاج سقوط الشعر.

الحامول «جار النهار» Pondweed:

الحامول نبات مائي، غاطس كله تقريبًا في الماء، وأحيانًا تطفو أزهاره فوق سطح الماء، وقد ظهر الحامول في النقوش البارزة منذ الدولة القديمة، وقد دخل في صنع كمادات وأربطة للأطراف المتصلبة أو المكسورة، ويستخدم أيضًا كطارد للديدان، وتستخدم

ثمار الحامول في مصر حاليًا من أجل تأثيرها القابض والمنعش.

الحصلبان - حصى البان - إكليل الجبل Rosemary:

ينمو بريًا في دول البحر المتوسط الأوروبية، ويزرع في الحدائق المصرية، وقد وجد «بروسبيرو» بعض أغصان الحصلبان عند فحصه لمومياء بالقاهرة.

وللحصلبان اليوم فوائد كثيرة كطارد للريح، وكمهضم ومطهر، ويستخدم زيته في تدليك الأطراف المرهقة، وشرابه الساخن يزيل الصداع، وكثيرًا ما يوصى باستعماله للعناية بالبشرة وبالشعر، وتستخدم أغصانه في البخور.

الحلوة المرة «ست الحسن» Woody nightshade:

ومن أسمائها أيضًا «البلادونا»، وهو نبات شجيري معمر، وأوراقها بيضاوية، وأزهارها بنفسجية اللون، وثمارها حمراء، والنبات سام، ولكن المادة السامة تتحل جزئيًا في المحلول، ولها القدرة على التأثير على الجهاز العصبي الباراسبثماوي.

وتستخدم سيقان نبات البلادونا السامة بعد وضعها في المحلول للتخلص من السمية في معالجة الربو، والنزلات الروماتيزمية، والالتهاب الرئوي، وفي الهند يعتبر النبات مدرًا للبول، ويستخدم في علاج الزهري، وكان النبات معروفًا في مصر القديمة حيث وجدت بقايا منه في مقبرة توت عنخ آمون.

الحناء Henne:

أشجار الحناء كبيرة، وموطنها الأصلي بلاد فارس «إيران» حاليًا، وهي الآن تزرع في مصر، وبلاد الشرق الأوسط، ومسحوق الأوراق الجافة يعتبر مهدئًا وقابضًا، ويستخدم بشكل واسع في صبغ الشعر، وأحيانًا في صبغ الأقمشة، وفي النوبة توضع الأوراق تحت الإبطين لإزالة رائحة العرق، ويستخدمها النسوة السمر في صبغ أجسادهن، كذلك يستخدمونها مخلوطة مع السنط في تدليك الأيدي والأرجل المصابة بالقروح.

وفي الطب الإسلامي كانت الحنة مع الخل يدلك بها الرأس على أنها تشفي من الصداع والأوجاع، وقد وجد أن الدهان بالحناء مفيد أيضًا في مداواة الحروق والبثرات والقروح، وكوسيلة لإزالة رائحة القدم الكريهة، وبصفة عامة رائحة الجسد الكريهة، وبعض المومياوات وجد أن شعورها صبغت لون بلون أحمر، وقد عملوا من الحناء دواء لعلاج سقوط الشعر.

الحامول «جار النهار» Pondweed:

الحامول نبات مائي، غاطس كله تقريبًا في الماء، وأحيانًا تطفو أزهاره فوق سطح الماء، وقد ظهر الحامول في النقوش البارزة منذ الدولة القديمة، وقد دخل في صنع كمادات وأربطة للأطراف المتصلبة أو المكسورة، ويستخدم أيضًا كطارد للديدان، وتستخدم

ثمار الحامول في مصر حاليًا من أجل تأثيرها القابض والمنعش.

الحصلبان - حصى البان - إكليل الجبل Rosemary:

ينمو بريًا في دول البحر المتوسط الأوروبية، ويزرع في الحدائق المصرية، وقد وجد «بروسبيرو» بعض أغصان الحصلبان عند فحصه لمومياء بالقاهرة.

وللحصلبان اليوم فوائد كثيرة كطارد للريح، وكمهضم ومطهر، ويستخدم زيته في تدليك الأطراف المرهقة، وشرابه الساخن يزيل الصداع، وكثيرًا ما يوصى باستعماله للعناية بالبشرة وبالشعر، وتستخدم أغصانه في البخور.

الحلوة المرة «ست الحسن» Woody nightshade:

ومن أسمائها أيضًا «البلادونا»، وهو نبات شجيري معمر، وأوراقها بيضاوية، وأزهارها بنفسجية اللون، وثمارها حمراء، والنبات سام، ولكن المادة السامة تتحل جزئيًا في المحلول، ولها القدرة على التأثير على الجهاز العصبي الباراسبثماوي.

وتستخدم سيقان نبات البلادونا السامة بعد وضعها في المحلول للتخلص من السمية في معالجة الربو، والنزلات الروماتيزمية، والالتهاب الرئوي، وفي الهند يعتبر النبات مدرًا للبول، ويستخدم في علاج الزهري، وكان النبات معروفًا في مصر القديمة حيث وجدت بقايا منه في مقبرة توت عنخ آمون.

الحلبة Fenugreek:

نبات حولي في حوض البحر المتوسط، وبذور الحلبة غنية بالفيتامينات والنيترات والكاليسيوم؛ فهي تدر إفراز اللبن عند الأم المرضعة، وتشفي الالتهابات، وفي مصر تضاف للخبز، وأوراق الحلبة تستخدم كخضار، وكذلك كعلف حيواني.

وقد وجدت بذور الحلبة في مقبرة توت عنخ آمون، وقد استخدم العشب في مصر القديمة؛ لتسهيل الولادة، وقد استخدمت الحلبة في عمل علاجات عديدة منها لبوس مهبلي للمرأة، ومستخلص يعالج الفرج، وفي عمل مرهم يعالج الصداع، وإذا دلك به الجسم سوف يظل طريًا جميلاً، ليس فيه عيوب، ولا تشوهات أو تجاعيد، ويذكر أن الحلبة كانت أحد مكونات عقار مزيل للألم، ومادة لعلاج الحمى، وفي زيادة الوزن.

الخطمية Marshmallow:

توجد الخطمية في أوربا وأسيا ومصر، ولها خاصية مضمدة تصلح لمداواة الجروح، ومستخلص جذور الخطمية المغلية يصلح لعلاج الربو والالتهاب الرئوي، وبحة الصوت، وآثار الحروق، والتهاب الغشاء المخاطي.

الخيار Cucmber:

ومن أسمائه أيضًا «عبد اللاوي»، وهو من النباتات التي

صورت بكثرة على الآثار المصرية، ووجدت بذوره في الحفائر، ويستخدم كثيرًا كمادة قابضة في العلاج الحديث بالأعشاب.

وفي الطب الإسلامي كانت أوراق الخيار تستخدم في تسكين الآلام عند عضة الكلب المسعور، وكانت بذور الخيار المطحونة الجافة تستخدم كمستحضر لتنظيف الأسنان، وعندما تنقع في الماء وتعصر كانت تعالج متاعب المثانة.

الخروب Carob tree:

ينمو في البلاد الحارة، وقرون الخروب مغذية لاحتوائها على البروتين والنشا والسكر، وهي الآن تستخدم في علف الماشية، ومسحوق القرون قريب الشبه من الكاكاو في الطعم والتركيب، وينصح باستخدامه كبديل صحي أكثر من الكاكاو، وصمغ الخروب موجود في البذور، ويستخدم كمسكن، وفي التزييت، وكان شجر الخروب يزرع في مصر القديمة، وكانت قرونه تستعمل في إنتاج جعة الخروب الحلوة.

وفي الطب كانت قرون الخروب تدخل ضمن العقار الطارد لديدان الأمعاء، وضمن عقار لإيقاف الإسهال، وعلاج لمداواة التهاب العينين، ووصفة لمداواة الجروح، ووصفة لمداواة النزيف، ووصفة لعلاج رعشة الأطراف للرجال، ووصفة لإزالة الرائحة التي تنبعث من جسد الرجل أو المرأة.

الخس Lettuce:

هذا النوع معروف في مصر، ويستخدم في الأكل بكثرة، وفي طب الأعشاب الآشوري كان يصنع من بذور الخس مع الكمون كمادات للعيون، وكانت العصارة اللبنية للنوع القديم من الخس تستخدم كدواء لوقف السعال، كما كان من المسكنات اللطيف، وقد استخدم كمضاد حيوي، وكوسيلة للحد من شهوة الجنس.

وقد استخدم الخس لعلاج أمراض المعدة، ولعلاج آلام البطن، ولعلاج طرد الديدان من الجوف، وكان يستخدم قديمًا لنمو الشعر إذا استخدم كدهان، وكان مستخلص الخس المغلي مع مكونات أخرى يستخدم كمهدئ للسعال.

وأخيرًا كان الخس يستخدم في صنع أشربة مليِّنة ومزيلة للألم، كما دخل في إنتاج أدوية لعلاج أمراض العيون، واستخدمت بذوره المطحونة في الماء كشراب طارد للديدان.

الخشخاش Common poppy:

وتعرف زهرة الخشخاش في مصر باسم «أبو النوم»، وتعرف عصارته باسم «الأفيون»، ويزرع كمحصول طبي في بعض البلاد بما فيها مصر، وأساس تركيبه الكيميائي هو المورفين، ومفعوله مسكِّن، ومخدر ومنشط ومنبِّه.

وفي العصر القديم كان يستخدم كمرطب للجسم والجرعات

الزائدة منه مميتة، وإلى جانب استعماله، وتأثيره المخدر كان يستعمل قديمًا في الحرب حيث كان يبعث الحماس، ويثير عاطفة الحب، ويسبب أحلامًا سعيدة، إلا أنه ظهرت له آثار جانبية على من يستعملونه كثيرًا، إذا أصبحوا يصابون بالغيبوبة والبلادة والاضطراب، وورد ذكره في المراجع الطبية كعلاج لكثرة البكاء لدى الأطفال، وكانت بذوره ضمن مكونات أحد المراهم.

وفي طب الأعشاب الحديث يستعمل الخشخاش في مداواة الخدوش والالتهابات الجلدية، ومن الشائع عن الخشخاش أنه منبِّه للغرائز الجنسية، ومنه نوع يستخدم أزهاره كمرطب، ولعلاج القولون والسعال.

وهو من نوع المخدرات التي جرمته الحكومات إلا فيما يدخل في بعض الأدوية التي لا تصرف إلا بأمر الطبيب.

الخروع Castor oil Plant:

الخروع نبات معمر، وغلاف بذوره بريمي الشكل، وبذوره بيضاوية لامعة سوداء أو حمراء أو بيضاء أو مبرقشة اللون، وموطنه الأصلي أفريقيا.

والخروع له خطورة حيث إنه يحتوي على مادة الريسين السامة؛ فتناول قدر ضئيل من بذور الخروع ضار جدًّا، وقد يؤدي للوفاة للإنسان والمواشي والدواجن، وقد عثر على بذور الخروع في المدافن

المصرية القديمة، وذكر أن زيت الخروع كان يستخدم في إضاءة القناديل.

ومن خلال المراجع الطبية القديمة ثبت أن زيت الخروع مفيد للإنسان مثل:

يسحق البذر في الماء، ويوضع على الرأس لعلاج الصداع، ومضغ قليل من ثمار الخروع مع الجعة لعلاج الإمساك ولعلاج آلام المعدة، وثمار الخروع يدهن به الجسم لعلاج الأمراض الجلدية، وزيت الخروع حقًا مسهل وملين.

وثمار الخروع ذكرت في كثير من الأدوية لعلاج أمراض الأطراف، ولعلاج الصداع، ولعلاج آلام البطن والمعدة والقولون، ودواء لعلاج الغدد.

الخردل White mustard:

الخردل نبات حولي بجنوب أوروبا وغرب أسيا، ويزرع من أجل الطبخ، ويستخدم في الطب كمنبه، ومثير للانفعالات ومقيء، وقد اشتمل سجل الأعشاب الآشوري على نوع من الخردل، يستخدم في علاج الأورام، ولعلاج السعال، ولعلاج اليرقان، ولعلاج آلام المعدة، والأسنان، كما كان يستخدم في الحقن الشرجية، وغسيل الأسنان.

واستخدم القبط الخردل لعلاج الصداع، وكان يستخدم الخردل داخليًا لعلاج الانتفاخ والغازات.

الـــــدوم Dommpalm:

نوع من النخيل ينمو في صعيد مصر، وحجم ثماره في حجم التفاحة تقريبًا، وهي قليلة اللب،

وداخل الجوزة توجد عصارة حلوة الطعم، وتستخدم أوراق الدوم في عمل السلال، وخشبه في النجارة، والجوزة البيضاء تعمل منها الأزرار العاجية، وثمار الدوم وجدت بكثرة في المقابر المصرية القديمة.

ويذكر «ثيوفراسطوس» أنهم صنعوا من الدوم خبزًا يشفي أمراض المعدة، كما استخدموه لعلاج الحميات.

الرشاد أو الحرف Cress:

الرشاد من الأعشاب الطويلة يحمل أزهارًا بيضاء وقرون، والرشاد نبات بري، ولكنه في مصر محصولي لاستخراجه كمليِّن ومدر للبول، كما يدخل في عمل الكمادات.

ويسجل «بروسبيرو» بذور الرشاد كإحدى مكونات خليط عشبي لشفاء الإصابة بالنزلات والتهابات الجهاز التنفسي، وبذور الرشاد وجدت في مقبرة توت عنخ آمون.

أما القبط؛ فقد استخدموا الرشاد في علاج الصداع، وكذلك كان يدخل ضمن مكونات أخرى كمليِّن للأمعاء، ولطرد جرثومة الحمى.

الريحـــــان Basil:

كلُّ الدراسات الحديثة دلـت علـى أن الريحـان كـان معروفًـا في الحقبة الفرعونية، موطنه الأصلي الهند، ويزرع حاليًـا في دول البحـر المتوسط، وهو عشب حولي لاذع الطعم، ذو نكهة عطريـة يسـتخدم في الطبخ، وأوراق الريحان منشطة، ومطهرة، ومهضمة، ويقال: إنهـا تشفى الغثيان، وعندما يستخدم زيت الريحان في تـدليك الصـدغين؛ فإنه يخفف آلام الصداع.

وقد اشتهر الريحان بأنه منبِّه للغرائـز الجنسـية، وكـان يسـتخدم فيما مضى في تسهيل الولادة، وقد استخدم مسحوق الأوراق المجففة في الاستنشاق.

الرجلـــــة Purwlane:

تنمو بريًا في الهند، وتزرع في أوروبا، وهي عشب حولي، سـاقه عصيرية حالة الأكل، وأوراقه مشقوقة، وأزهاره صفراء.

والرجلة غنية بفيتامين (C)، وشاع استخدامها من قبل في علاج داء الأسقربوط، ويمكن اسـتخدامها لمداواة التهـاب العيـون، وهـي أيضًا مدرة للبول.

وفي الطب القبطي وصفت لعلاج التهابات العيـون والأمـراض الجلدية، كما وصفت كدواء لطرد الديدان، ودخلت في وصفة مرهم

لمداواة العيون المصابة بالرشح، وفي حالات الحروق والبثرات المؤلمة على الجلد، وفي التهابات الثديين، ودخلت ضمن مرهم صالح لأي ورم.

رجل الحماية أو شجرة الدم Alkanet:

يعتبر هذا النبات مصدرًا للصبغات الحمراء، وفي الوقت الحالي يستخدم في صبغ الأقمشة، وتلوين أحمر الشفاه، كما يستخدم كمرهم مطهر.

الرمان Pomegranate:

ينمو بريًا في جنوب غرب أسيا، بينما هو محصول زراعي في دول حوض البحر المتوسط، وفي العصر اليوناني الروماني كان الرمان مرادفًا للخصوبة، وباطن الثمرة ينتج الفرينادين «عصير الرمان» الحقيقي، وعصير الرمان من المشروبات المحبوبة في القاهرة.

ويستخدم لحاء الشجرة وجذعها في الطب لاحتوائها على مادة التنين، وهي مادة فعالة في طرد الديدان الشريطية، ويذكر أن نوعًا من النبيذ كان ينتج من عصير الرمان.

ويقول «بروسبيرو»: إن أحد الأدوية التي تعالج حمى الطاعون كان يتركب من شراب معين مضاف إليه نبيذ مصنوع من الرمان المر، ويمكن استخدام الرمان في علاج الدوسنتاريا والإسهال وآلام المعدة، ودخل في عمل علاج لقتل الديدان المستديرة.

ووصف عصيره لعلاج العيون والأذن، كما استخدم في حقن الشرج، وفي التدليك مع زيت السمك، كذلك استخدم في عمل كمادات للحروق والأورام، واستخدم قشر الرمان في صنع رباط للمعدة، كما استخدموا قشر الرمان المغلي في الماء لعلاج الأمراض الجلدية.

الزراوند Birthwort:

هو نبات معمر في أوروبا وأمريكا الشمالية واليابان، تستخدم أوراقه وعروقه الغضة كمعرقة تجعل الإنسان يعرق، منزلة للحيض ومنبهة، وقد استخدمت عصارة ساق الزراوند لاستعجال «العسر» الولادة.

وعند المصريين القدماء كان يستخدم في تخفيف آلام الرأس، ولدغ الثعابين، وفي قلق النوم، وعلاج متاعب الرحم.

شجرة الزيتون Olive:

موطنها الأصلي آسيا الصغرى، وأول الدلائل على وجود الزيتون بمصر يرجع إلى عهد الأسرة الثامنة عشرة، وعثر في مقبرة توت عنخ آمون على باقة كبيرة من أغصان الزيتون.

وكان يستخدم زيت الزيتون في إضاءة القناديل بالإضافة إلى استخدامه في الطعام، ولقد استخدمه الأقباط كوسيط يضم مكونات الأدوية المختلفة، وبالأخص المراهم والكمادات.

زيت الزيتون عند قدماء المصريين:

عُرفت زراعة الزيتون في مصر منذ عهد الفراعنة، حيث كانت هناك زراعات لأشجار الزيتون بمناطق الفيوم، وواحة سيوة، ووادي النطرون الحالية.

وتشير بعض النقوش والرسومات التي تركها قدماء المصريين على جدران المعابد القديمة إلى أن ثمار الزيتون كانت مقدسة، وأن الفضل في تعليم البشر زراعة أشجار الزيتون، والاستفادة بالفوائد الصحية للزيتون يرجع إلى «إيزيس».

ولكن الحقيقة، لم يعرف قدماء المصريين استخلاص زيت الزيتون إلا بعد فترة طويلة، فقد قاموا بزراعة أشجار الزيتون منذ حوالي ستة آلاف سنة، ولكنهم لم يعرفوا كيفية استخلاص زيت الزيتون إلا بعد مرور ألفي سنة على زراعته.

وقد استخدم قدماء المصريين زيت الزيتون كشراب نافع لعلاج متاعب الكبد، ولعلاج المرارة، واستخدموه أيضًا مقو ومجمل للشعر.

الزعتر Thyme:

كلُّ الدلائل تشير إلى أن الزعتر معروف منذ القدم، وقد وجدت بقايا منه في مقبرة توت عنخ آمون، ويزرع الزعتر في مصر في الوقت الحالي، وهو من المنكهات الهامة في الطبخ.

وتحتوي أوراق الزعتر على مادة الثيمول المطهرة التي تستخدم في الصيدلة الحديثة من مضادات التشنج، ومطهرة وطاردة للبلغم وطاردة للريح، ويستخدم الزعتر في علاج الصداع، وعلاج التقلصات المعوية، وفي سجل الأعشاب الآشوري استخدموه في علاج الرئة، وآلام المعدة.

شجرة السنط Acasia:

في العصور الفرعونية استخدم خشب السنط في النجارة، ولحائه في الدباغة، والأوراق والأزهار في أغراض طبية.

وقد استخدم كدواء لمعالجة اعتلال الجسد، واستخدم كعلاج للقضاء على الدود، وعلاج السعال، وعلاج الانتفاخات، وأورام القدم، وعلاج لأصابع القدمين، وعلاج تسكين لآلام العظام المكسورة، وعلاج لمداواة الجروح، وعلاج للنزيف، وعلاج للعين.

السعد Cyperus grass:

والاسم الشائع لريزومات السعد هو «حب العزيز»، ويزرع في مصر الآن من أجل عقده الجذرية التي تجفف أولاً ثم تهرس في الماء، وهو يشبه في طعمه نقل البندق، وعند المصريين القدماء كان يستعمل في الطعام فقط، وهو حلو المذاق.

السوس Liguorice:

السوس نبات عشبي ينمو بريًا في شرق أوروبا، والآن يستزرع في كثير من الدول، والجذر له مفعول ملطف، وطارد للبلغم، وملين ومانع للالتهابات.

ويستخدم في علاج السعال والالتهاب الرئوي، والقرحة المعدية، كما يستخدم كغسول للعين،

وكذلك يستخدم في تحلية الأدوية، ويعمل منه في مصر مشروب شعبي هو العرقسوس.

ويقول «بروسبيرو»: إن لجذر المغلية تستخدم في صنع لبوس لمنع الحمل، وأنه إذا طحن أمكن استخدامه في عمل مرهم لعلاج الجروح، ويمضغ لمعالجة قرح الفم.

السمسم Sesame:

السمسم نبات حولي أوراقه مستطيلة، وأزهاره أرجوانية، أو مائلة للبياض، ويحتوي على بذور مفلطحة، ويعتبر من نباتات المناطق الحارة، ويزرع من أجل بذوره التي تحتوي على زيت السمسم الثمين.

وهو مغذ، وملين للأمعاء، ومرطب للجلد، وأوراق السمسم، وبذوره يمكن استخدامها في الكمادات، والبذور المطحونة تضاف

للماء لعلاج البواسير.

وفي مصر القديمة استخدم زيت السمسم في المراهم، وفي إضاءة القناديل، واستخدم القبط الأوراق المغلية في الماء في عمل الكمادات، والبذور المغلية كانت النساء تأكلها لزيادة إفراز اللبن، وقد عثر على بقايا السمسم في مقبرة توت عنخ آمون.

شجرة السدر، والثمرة هي النبق، Zizyphus Christ thorn:

السدر شجرة ذات فروع جرداء، وأزهاره مكتظة كالعنقود، ولونها مصفر، وثماره مصفرة كذلك، وشبيهة بحبات العنب، وتزرع كمحصول في الحدائق المصرية، وثمار النبق من الثمار المحبوبة بمصر، كما أنها تستخدم في الطب الشعبي، وكانت ثمار النبق من الثمار المفضلة في العصور الفرعونية.

وقد عثر على ثمار نبق في مقبرة توت عنخ آمون، والظاهر أن النبق كان جزءًا من الغذاء الفرعوني، وكان من الطبيعي أن يكون له دور في الطب والعلاج.

ومنقوع أوراق السدر مع عدد من المكونات الأخرى استخدم لعلاج انقباض النصف الأيمن من البطن أو مع مكونات أخرى في عمل حقنة شرجية لترطيب الشرج، وعملت ضمادة لترطيب إصبع اليد أو القدم، وعملت ضمادة أخرى منعشة ومنشطة لترطيب الأوعية الدموية، والتغلب على الضعف العام، وفي خليط لعلاج أمراض الكبد.

وكان خشب السدر يخلط بمركب سائل، ويستخدم كمرهم يعالج أمراض المسالك البولية للذكور، والثمار دخلت في صناعة مرهم مع ثمار التين والصفصاف والإيمر لمداواة أي نوع من الأورام يظهر بأي عضو من أعضاء الجسم.

الشبت Dill:

يستخدم الشبت للأكل، وفي طب الأعشاب يعتبر الشبت من المواد المرطبة والمهدئة، والتي تساعد على الهضم، يشفي انتفاخ البطن، والمغص عند الأطفال، واستخدمت بذور الشبت في صنع مرهم يعالج الصداع، واستخدم كغسول ومطهر للأسنان.

الشمر أو الرازيانج Finnel:

الشمر عشب موطنه الأصلي حوض البحر المتوسط، وتستخدم كل أجزائه في أغراض المطبخ، والشمر يتميز بأنه طارد للريح ومدر للبول، وحتى الآن لم نتمكن من معرفة اسم النبات قديمًا على وجه اليقين، ولكننا نرجح أنه كان موجودًا ومعروفًا ومستخدمًا في الأزمنة القديمة، وهناك كثير من الوصفات القبطية الطبية يدخل فيها الشمر، وتستعمل في علاج أمراض العيون، وبخلاف استخدامها في علاج العيون، استخدمت بذور الشمر كمادة مهضمة، وكان الإغريق يؤمنون بفائدة الشمر في إنقاص الوزن، والمحافظة على الرشاقة.

الشعير Barley:

كان الشعير من المحاصيل الغذائية الرئيسية في العصور القديمة حيث كان يصنع منه الخبز والجعة (البيرة)، ووجدت حبوب الشعير في مخلفات عصر ما قبل الأسرات، ووجد في تابوت الملك أمنحتب الأول نبات شعير كامل.

وكان الشعير قديمًا له استخدامات طبية، وحاليًا يستخدم عصير الشعير في عمل الكمادات، وماء الشعير يعتبر ملينًا للمعدة، واستخدام الشعير في صنع دواء كان يظن أنه يصلح لقتل الديدان الأسطوانية، واستخدم دقيق الشعير في عمل جبيرة لعلاج كسور العظام.

الصبار Aloe:

تحتوي عصارة الصبار على زيوت طيارة وألونيات ذات مفعول مسهل، وحاليًا تستخدم العصارة في صنع منتجات العناية بالبشرة لتأثيرها المهدئ المرطب معًا، وكذلك تستخدم في علاج الالتهابات، وتسكين الآلام، ومداواة الحروق البسطية.

الصفصاف Willoe:

اكتشاف الخصائص الطبية للصفصاف أدى إلى ثورة في علم العقاقير؛ فمادة الساليسيل مادة مطهرة قوية، وكانت فعالة في علاج

الروماتيزم، ولشجرة الصفصاف تاريخ عريق في مصر، وقد عثر على بعض الأشياء المصنوعة من خشب الصفصاف وأوراقه في مقبرة توت عنخ آمون.

واستخدم الأطباء المصريون أوراق الصفصاف، وثماره لعلاج عدد من الأمراض، ودخلت الأوراق ضمن عقار فاتح للشهية، واستخدمت ثمار الصفصاف مع مكونات أخرى في صنع ضمادة لمعالجة الأورام، وأدخلت في صناعة مرهم لعلاج الالتهابات، وصنع عقار لمداواة الأذن، ومع نباتات أخرى استعمل الصفصاف لعلاج ألم الأسنان، ولعمل ضمادة لعلاج الثدي الملتهب.

وفي الطب القبطي استخدم الصفصاف في علاج الحروق والبثرات المؤلمة، وأدخل أيضًا في علاج الخصيتين.

العجور Melon:

بالإضافة إلى استخدامه في الطعام كان للعجور استخدامات طبية في عمل دواء لعلاج القلب، وعمل خليط لعلاج اعتلال المثانة، وأمراض الجهاز الهضمي أو الشرج.

وقد استخدمت ثمار العجور لعمل وصفة لإزالة الشعر، واستخدام الأقباط العجور كمسكن، واستخدموا العجور المغلي في دهن الأرجل الملتهبة فبرأ.

العــــدس Lentils:

كان واحدًا من عناصر الغذاء في العصور الفرعونية، وقد وجدت سلة عدس في مقبرة توت عنخ آمون، وفي التوراة توجد توجيها بعمل الخبز من خليط من الشعير والقمح والفول والعدس والدخن «الذرة العويجة» والقلس «الحنطة بقشرها».

العرجــــون Argun- palm:

نوع من أنواع النخيل المروحي مثل نخيل الدوم، وثمرته شبه بيضاوية، وصالحة للأكل، وكان العرجون في مصر القديمة من نباتات الحدائق.

العرعــــر Juniper:

كان خشب العرعر يستخدم في النجارة، وحبات العرعر لها استخدامات طبية كثيرة مع أوراقه في طب الأعشاب؛ لأنها مطهرة، ومدرة للبول، ومنبِّهة وطاردة للريح، ومنقوع حب العرعر يساعد في حالات الانتفاخ وعسر الهضم.

وتدخل حبات العرعر في صنع كثير من الأدوية منها، علاج لطرد القيح من الجوف «علاج للمعدة»، ودواء لعلاج الديدان الشريطية، وعلاج للبطن والشرج، وعلاج للقضاء على الربو، وعلاج لألم الصداع.

العنـــــب Grades Vine:

تصلح زراعته في كل مكان بمصر، ويستخدم في الأكل، وصناعة النبيذ، وفي الطب الفرعوني كان العنب من أهم الأوساط لخلط المكونات الداوائية، وقد دخل في صنع مليّن للأمعاء، ولعلاج للصدر، وشراب فاتح للشهية.

وكان يعتقد عند المصريين القدماء أن النبيذ مع لبان البخور والعسل يقتل الديدان، ومع الشبت يلطف الآلام ويسكنها، ومع الملح يشفى السعال.

وفي الطب القبطي استخدمت أوراق العنب، بعد طحنها في الماء لعلاج الثآليل، وكانت عصارة العنب تستخدم كوسط لضم مكونات أخرى في سوائل لعلاج الثديين، وذكر الرجال، ويذكر أن النبيذ استخدم في حمامات فاترة لعلاج الحمى.

عنب الحية أو الفاشرا White btyony:

نبات عشبي معمر، ينمو في حوض البحر المتوسط، يحتوي على البريونين **btyonin**، وحمض التنيك، وزيت طيار.

وقد وصف كمسهل، وكعلاج للصداع، وعصارته كمطهر للرحم، ويوصف لعلاج آلام المثانة، وقد استخدم في علاج لكثرة التبول، وعلاج انتفاخ البطن، وتسكين آلام الشرج، وتلطيف آلام الأسنان.

الفلفل Black popper:

الفلفل شجرة معمرة تنمو بريًّا، وتزرع في كثير من الدول، تحتوي ثمار الفلفل على زيت طيار، ومركبات أخرى تجعله صالحًا لعلاج المعدة، وطاردًا للريح، ومضادًا للبكتيريا والحشرات، ومدرًا للعرق، كما أنه من المنبهات، ويستخدم الفلفل في أفريقيا لتشجيع الإجهاض، وطرد البعوض.

وقد ثبت وجود الفلفل في مصر القديمة مؤخرًا؛ فقد وجد العلماء حبيبات الفلفل مستقرة في فتحة الأنف وجوف مومياء رمسيس الثاني.

الفجل Radish:

نبات الفجل جذوره منتفخة «عصيرية»، وهو الجزء الذي يستخدم في المطبخ، وكان يعرف عن عصارة الفجل أنها صالحة لعلاج حصوة المرارة، واعتلال الكُلى، والاضطرابات التنفسية، وهي طاردة للريح، وذات تأثير مخدر خفيف، وفاتحة للشهية، ويمكن استخدامها لحالات الصداع، والروماتيزم.

وأشارت الدلائل إلى أن المصريين استخدموا زيت الفجل في الطب لمعالجة الأمراض الجلدية، ولكن أكثر استخداماته كانت في الطبخ.

وقد استخدم الأقباط بذور الفجل لعلاج الأمراض الداخلية، كما استخدموا زيت الفجل في الطبخ والأدهنة.

الفـــــــوة Madder:

الفوة نبـات معمـر ذو سـاق طويلـة خشـنة متسـلقة، وأزهـاره خضراء، وثماره مستديرة حمراء، وجـذور الفـوة تحتـوي علـى مـادة حمـراء تسـتخدم في الصـباغة، وقـد ذكـر أن الفـوة يعـالج اليرقـان «الصفراء».

وفي الطب الشعبي المصـري الحـديث يسـتخدم الجـذر كمنشـط لتسهيل عملية التوليد، ولعلاج آلام المثانة.

الفــــــــول Broad nean:

نبات بقولي له أزهار بيضاء، وهناك نوع أصفر، ويسـمى فـوق الحصان، والفول المسلوق «المدمس» هو الأكلة الشعبية في مصر، وقد عثر على الفول في مدافن الأسرة الخامسة.

نبات الفيجن أو السذاب Rue:

نبات معمر دائم الخضرة، يحتوي على زيت طيار، ومواد كـثيرة نشطة، ولذلك هو مفيد في طب الأعشاب.

والفـيجن منـزل للحـيض، وطـارد لديـدان الأمعـاء، ومصـلح للمعدة، ومفرز للعرق، وقد استخدم في علاج الصرع، كما استخدم ظاهريًا لعلاج الأمراض الجلدية، والروماتيزم، وكقطرة للعيون، وفي الغرغرة، ويمكن استخدام أوراقه في عمل السلطة، وزيته في العطور.

ويذكر أن المصريين القدماء استخدموا زيت الفيجن في التدليك لعلاج الحميات، وقد استخدم الأقباط نبات الفيجن في علاج أمراض الجلد، وطرد الديدان، ولعلاج الخصيتين المريضتين، والفيجن البري يمكن استخدمه لتخدير الأسنان عند خلعها.

القنب Hemp:

عُرِفَ القنب في مصر منذ منتصف الألف الثانية قبل الميلاد، واستخدم في صناعة الحبال، وقممه الزهرية تنتج مادة الماريجوانا المخدرة، واستخدم طبيًّا في وصفات لعلاج العين، والالتهابات كدهان، ودواء مهدئ، ومسكن للرحم.

القنطريون العنبري Cornflower:

أزهاره وجدت كثيرًا في أكاليل المومياوات، ومستخلص الأزهار له تأثير قابض خفيف، وهو قطرة ممتازة للعيون، ويوصف لعلاج آلام الحيض.

القرطم Safflower:

تنتج بذور القرطم زيتًا خفيفًا يستخدم في الطهي، وعمل السلاطات، وتنتج أزهاره لونًا أحمر أكثر ثباتًا.

استخدم في صبغ الحرير الطبيعي، وفي صنع طلاء الشفاه، وفي

الوقت الحالي يضاف الكحل لرماد القرطم، وتستخدم بذور القرطم للمضغ «في التسالي».

وفي النصوص الطبية الفرعونية نصح القبط باستخدامه في عمل الضمادات؛ لإبراء الجروح.

القرفة Cinnamon:

شجرة القرفة مستديمة الخضرة، وموطنها سيلان، وهي في مصر من الأشجار المستوردة، والقرفة ذات مفعول منبّه ومهضم، ومانع للعفونة، ويصنع منها مشروب مثل الشاي في بلاد الشرق الأوسط.

وتذكر المصادر القديمة أن القرفة كانت تدخل في تحضير العطور في مصر، وتدخل القرفة في عمل مرهم مهدئ لأعضاء الجسم، وضمن وصفة تساعد على نمو اللحم «السمنة»، ووصفة لوقف النزيف، ووصفة لإزالة قرحة الفم.

ويذكر أنه عند التحنيط كان الجسد يدلك بالمر والقرفة، ومواد أخرى لحفظه، وكانت القرفة من بين المواد التي يهديها الملوك للمعابد.

القنة Sulphur wort:

نبات خيمي، موطنه بلاد فارس، وينتج نبات القنة صمغًا راتنجيًا عبيريًا، وهو أحد مكونات المرهم المنديزي الشهير، وقد ذكر

هذا الصمغ في التوراة باعتباره نوعًا من البخور.

ويذكر أن جذور النبات ذو أثر حار يدخل في صنع مرهم حار، وكان أيضا يدخل ضمن دواء لعلاج الطحال.

وفي الطب القبطي دخل ضمن مكونات صنع كمادة لالتئام جرح، وأخرى لآلام القدم، كما وجد أنها مفيدة في طرد البق من البيت.

الكرات الرومي Leek:

كان يستخدم في الطعام والطب مثل البصل، ولكن بدرجة أقل، عند خلط ثمار الكرات الرومي إلى أوراق السدر والصفصاف والسنط وملح وطحنها جميعًا طحنًا جيدًا ثم يصنع من الطحين ضمادة، وتستعمل لمدة أربعة أيام، تعتبر علاجًا مهدئًا للأوعية الدموية بكل الأطراف.

وكان القبط يخلطون الكرات الرومي مع بول حديث ثم تدهن العينان بالخليط مرارًا؛ فيعود إليهما الإبصار ليلاً للمريض المصاب.

الكبار أو اللصاف Caper bush:

ينمو الكبار في حوض البحر المتوسط، وشمال أفريقيا في مصر، واستخدم القبط الكبار في مداواة الجروح، ولحاء الجذور المسحوقة لنبات الكبار لعلاج الأمراض الجلدية، ومادة طاردة للديدان المعوية، ومدرة للطمث.

الكسبرة Coriander:

الكسبرة عشب خيمي، يـزرع في كافـة أنحـاء العـالم، وتسـتخدم أوراقه الغضة، وبذوره الجافة في الطبخ، وتستخدم الكسبرة في مجـال الأعشاب ذات مفعول منبِّه وطارد للريح ومهضم.

وفي العصور الوسطي كان يتخذ عقارًا يعطـى للعاشـقين، ومـع بعض الأعشاب الأخرى كانت تستخدم لعلاج الحمى والانتفاخ.

والكسبرة المصرية تعتبر ترياقًا لسم الأفعى، وتشفي القـروح إذا أضيف لها العسل أو الزبيب الأحمر، كما تشـفي التهـاب الخصـيتين، والحروق والدمامل، والتهابات الأذن.

وتـدخل الكســبرة مــع الفــيجن في صــنع دواء شــرب يعــالج الكوليرا، ويمكن طرد الطفيليات المعوية باستعمال بـذور الكسـبرة، وتدخل مع أعشاب أخرى لعلاج آلام المعدة، وعلاج خـروج الـدم مع البراز من الإنسان، وتدخل في صنع جبيرة للحم العظم المكسور، وتدخل الكسبرة ضمن المراهم التي تعالج القوباء، وقد وجدت بذور الكسبرة في مقبرة توت عنخ آمون.

الكمون Cumin:

بذوره منبهة، وطـاردة للـريح، وتسـتخدم في صـناعة العطـور، والكمون في مصر اليوم من التوابل المفضلة لكثير من الأطعمة.

ويستخدم في حالات عسر الهضم والمغص، والكمون البلدي عندما يطحن في الماء، يستخدم كشراب لآلام المعدة، وفي طب الأعشاب الحديث يستخدم الكمون في علاج مشاكل الجهاز الهضمي.

وعند قدماء المصريين كان يستخدم في علاج آلام الجوف، وعلاج لتهدئة السعال، وعلاج الصدر، وعلاج اللسان المريض، وعلاج مزيل لآلام الجسم، وعلاج لتخفيف إفرازات الأذن، وعمل كمادات تستخدم بعد الحقنة الشرجية، وعلاج لإزالة الحرارة من الشرج، وعلاج للأسنان المتآكلة.

الكتان Linseed:

الكتان نبات حولي، يزرع من أجل سيقانه التي يستخرج منها ألياف الكتان، ومن أجل بذوره «بذور الكتان» التي تستخدم في استخراج زيت بذر الكتان.

وهو يستخدم حاليًا في الطلاء؛ لأنه سريع الجفاف، وفي الطب استخدم الكتان كملين للأمعاء، وقد استخدمت أوراق الكتان، وحب العزيز بالإضافة لسائل غير معروف في صنع لبوس يعالج البواسير.

الكرسنة Bitter Vetech:

محصول حبوب بقولي مثل الفول، يزرع فقط من أجل العلف الحيواني في بلاد الشرق الأوسط، وهذا النبات حبوبه سامة.

وقد ذكر النبات في كتاب الأعشاب الآشوري، وقد استخدم الأقباط دقيق الكرسنة في تركيبات علاجية، تستخدم ظاهريًا لعلاج الأسنان واللثة.

الكمون الأسود Black cumin:

تستعمل حبوب التوابل الناتجة من هذا النبات في الهند، وبعض الأقطار الشرقية؛ ليزيد من إدرار اللبن عند النساء، وليدخل تحسينات على شكل الصدر، وأيضًا يستخدم في إعطاء نكهة للخبز، وأنواع أخرى من الأطعمة.

وقد عثر على بقايا من هذا النبات في مقبرة توت عنخ آمون، ودُكِرَ في الكتاب المقدس، وفي كتاب الأعشاب الآشوري كدواء لعلاج الأذن، والعيون، والفم، وكذلك لعلاج المعدة والتهاب الجلد.

الـــــوج Sweet flag:

نبات عطري، وهو نبات مائي، تستخدم جذوره الآن كمادة طاردة للريح، وللديدان، وفي صورة مسحوق كمادة مقاومة للإسهال، ومسحوق للأسنان، وكغسول للشعر.

اللبـــلاب Convolvulus:

استخدم قدماء المصريين عصارة اللبلاب كمادة مسهلة، وكمكون يدخل في تركيب المراهم الطبية.

اللبخ persea:

اللبخ شجرة طويلة كثيفة الأوراق، وتتميز أوراقها بالصلابة، وثمرة اللبخ مستديرة، وقمتها مدببة، وعندما تنضج يصبح لونها أصفر، وتحتوي على لب حلو الطعم أخضر اللون، وتنمو الشجرة بريًا في أثيوبيا.

وفي الزمن القديم كانت منتشرة في جميع أرض مصر، ومنذ عصر الدولة القديمة فصاعدًا كانت ثمار اللبخ توجد في المقابر.

وفي العصور الفرعونية كانت شجرة اللبخ من أشجار الحدائق المفضلة، واستخدمت ثماره وأغصانه في الزينة والزخرفة، ويعتقد أن ثماره كانت تؤكل أيضًا.

وفي النصوص الطبية ذكر اللبخ مرة واحدة في علاج الجدري.

البان أو اليسار Moringa:

البان شجرة طويلة تحمل قرونًا، داخلها بذور شبيهة بالجوز، وجوز البان حلو الطعم مع شيء من المرارة، ويستخدم من النبات زيت البان، وهو عديم الرائحة، مصفر اللون، حلو المذاق، وهذا الزيت من المواد المفضلة في صنع العطور؛ لأنه غير سريع الفساد، وكذلك يستعمل في الطهو.

وقد استخدم زيت البان على نطاق واسع في الطب الفرعوني

أحيانًا وحده وأحيانًا مع مكونات أخرى في علاج المعدة، ولتخفيف آلام الشرج، وعلاج الصداع، وأوجاع الرأس على شكل مرهم، ونقط للأذن.

اللوز Almond:

موطن شجرته هو وسط أسيا، وأشجار اللوز الآن في مصر قليلة، وقد وجد بعض منه في جرة بمقبرة توت عنخ آمون، وكان اللوز يؤكل، أما زيته فكان يدخل في تركيب المراهم، واللوز مرطب للجلد، وملطف وملين للأمعاء.

ويقول «بروسبيرو»: إن نساء مصر كن يأكلن اللوز الحلو لزيادة الوزن، وكان اللوز المر يستخدم في التدليك لإفراز العرق.

اللوبيا «لبلاب غير منتشه» Bean:

ثبت وجود اللوبيا في مصر منذ عصر الدولة القديمة، وفي الطب الشعبي المصري الحديث توصف اللوبيا لتنشيط الرغبة الجنسية.

وفي الطب الفرعوني كانت اللوبيا المطحونة تستخدم في علاج الإمساك، ولعلاج اللسان المريض، وصنع مرهم يعالج الأمراض البولية لدى الذكور، وأدخلت اللوبيا في عمل كثير من المراهم التي تعالج الأوعية الدموية.

المخيط Egyptian plum:

شجرة كبيرة تحمل ثمارًا صفراء، تنمو في الهند، وتزرع في مصر في الحدائق، وتستخدم الثمرة في الطب الشعبي كملين وكدواء مهدئ لآلام الرئة.

وكان المصريون القدماء يجنون الكثير من المخيط، ويجففونه، وينزعون منه النوى، ويهرسون اللب لعمل الفطائر، وثمار المخيط كانت تستخدم في صنع النبيذ.

وربما استخدمه المصريون القدماء في صناعة الأدوية الفرعونية، وكانوا يعتبرون عصيدة لب المخيط المركزة من المهدئات، واستخدموها في علاج السعال، والأورام، وغيرها.

الموز البري Wild banana:

ينمو هذا النبات في الجو الرطب، وثماره لا تصلح للأكل، وهذا النوع البري يختلف عن النوع المحصولي المزروع.

وعرف البعض مجموعة من الصور المرسومة على أواني فرعونية باعتباره نباتات الموز البري.

المحروت، الحلتيت Asafoetida:

نبات شجيري خيمي معمر، موطنه بلاد فارس «إيران»، يستخرج منه صمغ كريه الرائحة، مفعوله منبه، ومضاد للتشنجات،

وطارد للبلغم، وطارد للريح.

وقد وصف لعلاج بعض الحالات العصبية، والالتهاب الشعبي والربو، والانتفاخ، وقد وصف أخصائيو الأعشاب الأقباط هذا الصمغ كأحد مكونات مرهم للعين.

المردقوش أو البردقوش Sweet marjoram:

هذا العشب من النباتات المتوطنة بحوض البحر المتوسط، وقد عثر على النبات في الأكاليل الزهرية منذ القرن الأول الميلادي، ووصفه الأقباط لعلاج آلام الأذن.

ويقول «بروسبيرو»: إن المردقوش الحلو كان يستخدم في صناعة العطور، كذلك فإن للمردقوش مفعولاً مطهرًا ومنشطًا ومهضمًا.

وكان شراب المردقوش يعطي للشفاء من الزكام، ولتهدئة الأعصاب، وإنزال الحيض، ويتدليك الجسم بعشب المردقوش، وكانت الآلام الروماتيزمية تخف، وكذلك آلام الصداع، ومضغ أوراق كانت تخفف من آلام الأسنان.

النعناع peppermint:

موطنه الأصلي غير معلوم، ولكنه الآن يزرع في الحدائق المصرية، وقد وجد في إحدى مقابر العصور المتأخرة، والآن يستخدم النعناع في علاج الانتفاخ، كما يستخدم كمهضم ومطهر للأمعاء،

وكذلك في علاج آلام الأسنان، ونزلات البرد.

وزيت النعناع الأساسي يحتوي على المنثول **menthl**، وكان هذا الزيت في عصر «أبيكيوس» يستخدم في الطهي بكثرة.

شجرة النخيل Date palm:

قد زرع النخيل في مصر قديمًا منذ فترة ما قبل الأسرات، وثمار النخيل تؤكل رطبة أو جافة، كما أنها تقطر لاستخدامها في المشهيات والمشروبات الروحية، وعصارة جذع النخيل إذا استخرجت وتركت لتتخمر تصبح شرابًا مسكرًا.

وفي العصر الفرعوني كان النبيذ يصنع من البلح ومع العسل، وكان عصير البلح أحد العناصر الهامة في التحلية، وكان النبيذ للشراب، وأيضًا لغسل الجثة المعدة للتحنيط.

وفي الطب استعمل البلح وأحيانًا عصارته في الأدوية واللبوسات والمراهم والكمادات، كما دخل في عمل علاج لأورام القدمين، ودواء يمنع سعال الطفل، ودواء يقتل الديدان، ودواء لعلاج حرارة القلب، ودواء لعلاج العطاس، ودواء يساعد على نمو الشعر.

وفي الطب الإسلامي كان البلح يستخدم في علاج أمراض القلب، ولتنظيم ضربات القلب وآلام المعدة، وترياق للسموم، وكشراب ملين، ومبطل لمفعول السحر.

الهجليج Balanos:

هو نبات قوس الأشواك، وثمرته تشبه التمرة، ولها غلاف هش، ويستخرج من الثمار زيت مائل للإصفرار، ويذكر الهجليج كأحد مكونات المرهم المنديسي الشهير.

الهندباء أو الشيكوريا Chicory:

تستخدم أوراقه السفلية في عمل السلاطة، وتستخدم جذوره كبديل للبن، ويحتوي النبات على العناصر الآتية «الأنيولين، فيتامين p, k, C, B»، والأوراق والجذور مدرة للبول ومسهلة.

وقد استخدمت الشيكوريا لعلاج اليرقان «الصفراء»، واعتبرت الشيكوريا من الأعشاب المهدئة، وتدخل في خلطات لعلاج الصداع، والكبد، والمثانة، وفي خلطات ككمادات للغدد المتضخمة، وأدخلت ضمن دواء لعلاج نزيف الدم.

الهيل أو الحبهان Cardamom:

تذكر المصادر الكلاسيكية نبات الهيل كمكون من مكونات كثير من المراهم التي كان المصريون يقدرونها.

وبذور الهيل يستخرج منها تابل حار يستخدم في تتبيل أصناف الطعام الحلوة والحريفة والقهوة، والهيل يعتبر فاتحًا للشهية، ويساعد على الهضم.

اليابورة «المندراك» Mondrake:

اليابورة نباتٌ معمر، ليس له ساق تقريبًا، وله جذر غليظ، وله أوراق طويلة، وأزهار صفراء مخضرة أو مائلة للأرجواني، وثماره لحمية طرية كثيرة البذور، وهو ينمو بريًا في الجو الحار، والنبات سام، وقد ارتبط بأعمال السحر والشعوذة عبر التاريخ.

وإن الأوراق كانت مستخدمة من قبل ظاهريًا في علاج الرحم، والجذور في إزالة الألم، والتخدير، وفي إثارة الشهوة الجنسية.

وقد ثبت أن الجذور مفيدة جدًّا في علاج الحمرة «التهاب الجلد»، إذا فرك وغمر في الخل، كما أنه مفيد لحالات داء المفاصل، والأرق، ويدخل في أدوية الحب.

الينسون Aniseed:

الينسون موطنه هو مصر وأسيا الصغرى، وثماره تنتج زيتًا عطريًا، وبذور الينسون طاردة للريح ومهضمة، ومهدئة للسعال، والصداع والنزلات، كذلك تشجع بذور الينسون على إدرار اللبن، ولأن بذور الينسون مطهرة؛ فإنها أحيانًا تستخدم في صناعة معاجين الأسنان (والخلال) الأعواد المستخدمة في تنظيف الأسنان، وتلطيف آلام الأسنان.

وكان يستخدم في الطب الفرعوني لعلاج أمراض المعدة المختلفة، وكان يدخل ضمن وصفة لعمل دواء سريع المفعول لإنعاش القلب، ووصفة أخرى لعلاج أمراض المثانة، واليّنسون من مدرات البول الضعيفة.



الفصل الثاني

قسم علم الأدوية والعقاقير الطبية



قسم علم الأدوية والعقاقير الطبية

علم الأدوية والعقاقير عند المصريين القدماء:

الغالبية العظمى من الدواء عند المصريين القدماء كانت من الأعشاب الطبيعية، وبعض الأملاح والمعادن الطبيعية.

ولقد وجد في الصيدلية الفرعونية مجموعة من الأعشاب التي ثبت تأثيرها القوي والفعال في علاج كثير من الأمراض، ومنها:

الزعتر، والخردل، والشعير، وقرض السنط، والجميز، والتمر، والخروب، والعرعر، والرمان، والبلسم، واللوري، والجوجوبا، والتين، والصنوبر، والعنب، والتربنتين، والخروع، والخيار، والبطيخ، والحنظل، والكرفس، والشمر، والحندقوق، ونخشوش الحوت، والسكران، والكسبرة، واللوتس، والبردي، والميرنك، واليانسون، والكمون، والقرفة، والخلنجان، والحلبة، والعصفر، والمر، وعسل النحل، وشمع النحل.

ومن الأملاح الصيدلية كان هناك:

ملح النطرون، والألبستر، والحديد الأصفر، والرمل، والملح

الشائع، وأملاح النحاس، وجميع ما سبق كان يوجد بالصيدلية الفرعونية من عصور ما قبل الأسرات، واستخدم في علاج الأمراض المختلفة دون آثار جانبية، وقد تمتع هؤلاء بالصحة والعافية من الطبيعة التي أحبوها وأحبتهم وأعطوها وأعطتهم ولم يلوثوها فلم تلوثهم.

وبعيدًا عن الأعشاب والأمراض، كان هناك دواء للفراعنة استخدموه بالفطرة، ولم تكتشف أسراره إلا أنه عاشوا نتائجه.

«عسل النحل» والطب الفرعوني

منذ سبعة آلاف سنة استؤنس النحل في مصر، انتشرت تربية النحل في مصر للعالم، والنحل المصري الأصل في النحل القرصي والشامي واليوناني، وكان يسمى بالمصرية القديمة «ببي»، والعسل سائل مختلف الألوان والطعم والنكهات والرائحة؛ فمنه الشفاف والبني والأصفر والأحمر، كل حسب لون المرعى، وقد عثر على قرص شمع في مقابر دير المدينة «طيبة» من الأسرة التاسعة عشرة «١٣٢٠- ١٢٠٠ ق. م».

وبعد تحليله ميكروسكوبيًا وجدت به حبوب لقاح من شجرة «البرساء»، وتسمى حاليًا «بلح السكر» الذي يستخرج منه علاج لمرضى السكر، وأيضًا بها زيت يستخدم في العطور، وفي الطب كمُلِّين، وسميت أيضًا تمر العرب أو تمر الصحراء، أو بلح الهرار، أو بلحة السكر، وبلح حلايب.

كما عثر على إناءين من الفخار بمقبرة الملك الشاب «توت عنخ آمون» مكتوب عليهما عسل أو شهد من نوع جيد».

ووجدت في عسل النحل الفرعوني حبوب لقاح «البرسيم والجلبان والفول البلدي والكرنب والورد والنباتات الصحراوية مثل «المتنان».

ولوحظ بالتجربة أن تواجد حبوب اللقاح بكثرة في عسل النحل تزيد من خصوبة الرجال ضد العقم، ولذلك نجد إضافة طلع النخيل «حبوب اللقاح النحل» إلى عسل النحل يعطي الرجال فرصة لزيادة عدد الحيوانات المنوية.

العسل في تركيبه يسمى «كيفي» وهو شراب حمي ومعطر للفم، وأحيانًا يصنع على هيئة بخور.

الوصفة الفرعونية الأولى من العسل:

تتكون من:

١- مر.

٢- نبات الرتم.

٣- حصا لبان.

٤- مستكة.

٥- صمغ.

٦- صبر.

٧- خشب ورد.

٨- كرفس جبلي.

٩- حبهان.

طريقة الاستخدام:

تطحن وتخلط مع العسل ثم توضع على نار هادئة «كبخور» كي تكـون رائحـة البيـت والملابـس ذكيـة طـاردة لـبعض الحشـرات، وتستخدم كعلكة لتحسين رائحة الفم.

كيف استخدام الفراعنة عسل النحل؟...

استخدام الفراعنة عسل النحل في أكثر من ٦٠ وصفة طبية.

استخدم العسل في علاج التهابـات اللثـة والصـداع، والعيـون، والجروح، والتقيحات الجلدية، وآلام الشرج، وكثرة التبـول المـرتبط بمرض السكر.

وذكر العلاج بعسل النحل.

الوصفة الفرعونية الثانية من العسل:

الجمرة الخبيثة حيث استخدم:

١- العسل.

٢- المر.

الوصفة الفرعونية الثالثة من العسل:

للصداع يؤخذ:

١- عسل.

٢- صمغ عربي.

الوصفة الفرعونية الخامسة من العسل:

لعلاج التهابات الجزء الأسفل من البطن يستخدم:

١- التين.

٢- القرفة.

٣- المن «الذي يجمع من شجرة الطرفاء، ويكثر في سيناء».

الوصفة الفرعونية السادسة من العسل:

كضمادة لأسفل البطن:

١- العسل.

٢- نبات «شفت» الذي يقال: إنه البردقوش، يوضع على الجزء الأسفل من البطن كضمادة.

الوصفة الفرعونية السابعة من العسل:

للقروح المنتشرة بالجسم ينصح باستخدام العسل مع مسحوق الكسبرة.

للسعال الديكي والرشوحات والروماتيزم:

تستعمل حاليًا كل من فرنسا وروسيا عصير الفجل المخلوط بالسكر أو عسل النحل لعلاج حالات السعال الديكي، وطرد البلغم، وخشونة بحة الصوت، والآلام الروماتيزمية عن طريق دهان أماكن الإصابة بخلاصة عصير الفجل من خلال تركيبة تتكون من:

التركيبة الفرعونية الأولى من العسل:

١,٥ كوب عصير الفجل الطازج + كوب عسل نحل + نصف كوب منقوع الخمر، ويمكن أن يستبدل به عصر العنب + ملعقة من ملح الطعام، ويستعمل هذا المزيج كدهان موضعي لحالات روماتيزم المفاصل والعضلات.

يمكن أيضًا لمكافحة الرشوحات تفريغ رأس فجلة ثم ملئها بقليل من سكر نبات أو عسل نحل مع عمل ثقب أسفل الفجلة ثم وضعها فوق كوب زجاجي لتقطر فيه طوال الليل، وعند الصباح يمكن الحصول على مشروب ممتاز غني جدًا بالكبريت والبوتاسيوم وشديد الفعالية في مكافحة الأنفلونزا الشديدة.

للتقلصات العضلية وعلاج شوائب البشرة:

يبدو أن لعصير هذه الثمرة الفقيرة فوائد كثيرة تظهر يومًا بعد آخر؛ فقد استطاع أحد العلماء استخلاص دهان جيد من خلاصة

الفجل لعلاج التقلصات العضلية، وتقرحات اليدين والقدمين، والتخلص من شوائب البشرة ولتنقية وصفاء الوجه.

الخس لأمراض الدورة الدموية والخصوبة:

جاء في إحدى البرديات الفرعونية ضمن ثلاث عشرة وصفة علاجية لوجع الجنب وقتل الدود والنزلات الحارة، وكمنبِّه للحيوية الجنسية، والارتفاع بمستوى الخصوبة، وكدهان ولبخات موضعية للالتهابات والحروق، بينما جاء في الطب العربي لإصلاح الكبد ومرض السكر وعسر البول والطمث ولمكافحة العطش.

التحليل والفوائد العلاجية:

أوراق الخس غنية جدًّا بالفيتامينات، وخاصة المضاد لحالات العقم عند النساء والرجال، ويحتوي على نسبة عالية من الأملاح المعدنية كما أن الأوراق الخضراء تحتوي على مادة الكلوروفيل التي تمتص الروائح الكريهة من الجسم.

ونظرًا لتوافر هذه المجموعة الغذائية يعتبر الخس مقويًا للنظر والأعصاب، والارتفاع بمستوى خصوبة المرأة والرجل.

وإن أهم الفوائد الطبية للخس أنه مرطب للمعدة، ومدر للبول، ومليِّن للأمعاء، ومهدئ للأعصاب، وزيت الخس يخفض نسبة الكوليسترول في الدم، ويقوي القلب، ويستعمل مسحوق البذور كمهدئ للسعال، وحموضة المعدة، ولعلاج بعض الأمراض الجلدية والحروق.

الزعتر للذبحة والالتهابات والبشرة:

جاء في الوصفات الفرعونية لعلاج حالات الحمى، والنزلات المعوية، والبول الدموي، ولقتل الدودة الشريطية، وأعراض الذبحة الصدرية، بينما في الطب العربي لأوجاع الفخذين، وتسكين وجع الأسنان، وترهلات اللثة، والزيت المستخرج من الزعتر يستعمل شرابًا لمتاعب الكبد والمعدة.

التحليل والفوائد العلاجية:

تحتوي أوراق الزعتر على مادة الثرمول التي تعتبر من أقوى المواد المطهرة القاتلة للميكروبات والطاردة للديدان، والنبات غني بمادة التانين القابضة والراتنج والزيوت الطيارة، وعلى مواد أخرى دابغة، ومسكنة للآلام ومطهرة، وبتقطير الأوراق والأزهار نحصل على زيت الزعتر.

وهو سائل طيار مائل للاصفرار، له رائحة عطرية، وطعم حار، وقوة مطهرة، يدخل في تركيب معاجين الأسنان، ويعمل منه محلول مطهر لغسل الأنف والفم، ويدخل في صناعة بعض أدوية الزكام والسعال والتهابات الحلق.

كما أن له بعض الخواص المخدرة أيضًا، ويعتبر الزعتر مصلحًا للمعدة، وعلاجًا لكثير من أمراضها، وهو منفث ممتاز للعديد من الأمراض، خاصة حالات الحمى، والذبحة الصدرية، والتشنجات،

وكثرة غازات المعدة والأمعاء، والتهابات العيون والبشرة.

كرات الغلابة للحميات والعادة الشهرية:

جاء أيضًا في الوصفات الطبية الفرعونية كمبرد للأوعية الدموية، ولعلاج عضة الثعبان، وفي وصفات أخرى كثيرة لم يستدل على نوعيتها، بينما كان أطباء العرب القدامى يصفونه لمرضى التهاب القصبة الهوائية، وممزوجًا مع البصل لاحتباس البول، ومخلوطًا مع السلق والملح كمضادات للدمامل والقروح، ومع ماء الشعير والعسل لحالات الربو، ولبخة موضعية لآلام البواسير.

التحليل والفوائد العلاجية:

يحتوي الكرات على الفيتامينات والأملاح المعدنية، وهو غني بعنصر الحديد الذي يدخل في تكوين الدم، وبجانب ذلك؛ فهو مصدر جيد لفيتامين «أ» مثل باقي الخضراوات الورقية الطازجة، كما يحتوي على نسبة متوسطة من فيتامين «ج»، والكرات مدر للبول، وفاتح للشهية، ويساعد في علاج حالات الحمى، وعسر البول، والطمث والسعال، وعفونة المعدة.

الكرفس للربو والكُلى والحروق:

استعمل الفراعنة عصير الكرفس لعلاج حالات الربو والشلل، وعلى شكل حقنة مهبلية للالتهابات، وضد العقم، وعلى شكل دهانات موضعية لعلاج الحروق والحمرة، ولسقوط الرحم، وضعف السمع.

كما اهتم أطباء العرب القدامى بمغلي بذور الكرفس لعلاج عسر البول، وتنقية الكُلى والمثانة والكبد وعرق النسا والربو، وعلى شكل دهانات موضعية لمرض الثعلبة، وسقوط الشعر، وأورام العين والثدي.

التحليل والفوائد العلاجية:

يحتوي الكرفس على زيوت طيارة وثابتة مع مادة التربنين، وقليل من البروتين ومواد علاجية غروية مدرة للبول، وعلى مادة أبيول، وهي خافضة للحرارة ومنظمة للعادة الشهرية، وعلى مواد نشوية وسليولوزية، وقد كشف فريق من الأطباء البريطانيين أن الكرفس يساعد على شفاء آلام المفاصل بشرط الاستمرار في تناوله مدة طويلة، ويمكن الحصول على زيت الكرفس بتقطير البذور، وعمومًا يعتبر الكرفس وزيت الكرفس كمنفث، ومسكن للألم، وخافض للحرارة، وطارد للغازات، ومدر للبول، واللبن للمرضعات، ومنقى للدم، ويساعد على إدرار البول، وتهدئة أزمات الربو وآلام الكُلى والمهبل والمثانة وشفاء الحروق.

الشبت للأعصاب وآلام العضلات والمفاصل:

عرفت قيمة هذا النبات منذ زمن قدماء المصريين، وكان يخلط مع الكسبرة والنبيذ أو عصير العنب، ويسخن ويترك لمدة أربعة أيام ثم يتناول منه كل من يشكو من الآلام، كما استعمل الفراعنة

الشبت مع الدهن لعلاج آلام الرأس، وتصلب المفاصل موضعيًا، وخاصة الكتف والمرفق والرسغ والركبة، وجاء الشبت في الوصفات الفرعونية ممزوجًا مع عسل النحل دهانًا جيدًا لآلام الرقبة، وممزوجًا مع محلول الشبت لالتهابات اللثة والفم كمضمضة.

بينما جاء الشبت في وصفات أطباء العرب القدامى لتسكين أوجاع المعدة والمثانة والكُلى، ولعلاج الأورام والقروح، وخاصة بالجهاز التناسلي، واستعملوا زيت الشبت دهانًا لعلاج أوجاع الأعصاب.

التحليل والفوائد العلاجية:

يحتوي الشبت على زيوت طيارة بنسبة ٤٪ تتكون أساسًا من الكارفون بالإضافة إلى الليمون والفيلاندرين وتربين وزيت ثابت، وعلى مادة الكلوروفيل وبروتين، ومواد أخرى كثيرة مفيدة للمعدة والجهاز الهضمي، ولطرد الرياح، وإزالة انتفاخات البطن، ويستعمل أيضًا كمنشط للمعدة، ولتسكين أوجاع العضلات والمفاصل.

الكرنب للسكر والأورام والتقرحات:

استعمل قديمًا مغلي الأوراق في علاج الدوسنتاريا، وفي الطب العربي لحالات عسر البول والعادة الشهرية، وقد اتضح حديثًا أن أوراق الكرنب تحتوي على ٥٨٪، ٦٪ مائيات الفحم، ٥٪ مواد دهنية، ٣,٨٠٪ مواد أزوتية، ٠٥٠٪ أملاح معدنية، أهمها: الكاليسيوم

والفوسفور والكبريت، وكذلك على مركبات فيتامين ب١، ب٢، ب٦، ب٧، ب المركب، وفيتامين (ك)، وهو يعتبر من أغنى الخضراوات بفيتامين (ث).

كما يحتوي الكرنب على نسبة عالية جدًّا من الكبريت، قد تبلغ حوالي ١٩٤ ملجرام في كل ١٠٠ جرام من الكرنب، بينما تلاحظ أن هذه لا تزيد عن ١٨ مللجرام في الخضراوات الأخرى.

كذلك اتضح علميًّا أن الكرنب يحتوي على مضادات حيوية لها فاعلية قتل الميكروبات هذا بالإضافة إلى وجود نسبة عالية من الكبريت لديها القدرة على تطهير، ومنع الالتهابات، ومثل هذه المحتويات من شأنها طرد الطفح الجلدي والدمامل والبثور وحب الشباب، وكذلك طرد الديدان من المعدة والأمعاء أيضًا.

ومن خلال الأبحاث الأخرى تأكد الخبراء من فوائد تناول المرضى للكرنب لعلاج تجمع الماء في البطن والساقين «أوديما»، وحالات حموضة المعدة، وارتفاع نسبة السكر في الدم؛ لأن الكرنب يحتوي على مادة تشبه في مفعولها مادة الأنسولين المعروفة في علاج مرضى السكر، وقد اكتشف الخبراء حاليًا أن الكرنب يحتوي على فيتامين جديد يسمى «فيتامين و»، وفوائده عظيمة في علاج التهابات الشعب الهوائية والتقرحات والطفح الجلدي والحروق وتنشيط الكُلى.

فول أخضر لمتاعب المسالك البولية:

استعمل الفراعنة لبخات من الفول الأخضر- فول حراتي- على شكل ضمادات لتسكين آلام المفاصل، ولسرعة نضوج الخراريج، وعلاج الغدد المنتفخة، ولحالات الإمساك، وبالتحليل العلمي الحديث؛ وجد أن الفول الأخضر يحتوي على حوالي ٦٧٪ ماء، ١٠٪ بروتين، ٤٪ مواد دهنية، ١٤٪ كربوهيدرات، ٥٪ ألياف مع بعض الأملاح المعدنية مثل الكاليسيوم والفوسفور والكبريت وفيتامين (ب)، وعلى الجيلاتين.

وتأكد خبراء الطب الحديث من فوائد أزهار نبات الفول الأخضر، وخاصة القرون الخضراء حيث لها تأثيرات مدرة للبول، والقدرة على تفتيت بللورات الرمال المتراكمة - الحصوات- في الكليتين والمسالك البولية، وأيضًا تأثيرات فعالة لحالات سوء الهضم.

الفجل وفوائده:

الفجل لمكافحة تصلب الغشاء البلوري، وللروماتيزم والرشوحات والحصوات والمرارة، وعرف الفراعنة القيمة العلاجية للفجل الذي جاء في البرديات المصرية القديمة ضمن الكثير من الوصفات الطبية الناجحة لعلاج حالات الإمساك وعسر البول وتفتيت الحصوات، كما استعملت الأوراق على شكل لبخات،

وزيت الفجل الذي كان يستخرج بكميات كبيرة في العصور القديمة المصرية جاء في الوصفات العلاجية على شكل دهان موضعي لسرعة التئام وشفاء الحروق وإستعادة لون البشرة، وكذلك كدهان موضعي للتخلص من آلام المفاصل.

قال أبو بكر الرازي: «إذا كان في المعدة بلغم محتقن يستخدم سكنجبين وفجل؛ لأن القيء يذهب التخمة».

قال ابن سينا: «أقوى ما في الفجل بذره ثم قشره ثم ورقه ثم لبه، مع الشايم ينبت الشعر، ويعالج داء الثعلبة، وإذا تضمد به مع العسل قلع البثور، وزيته في قوة الخروع؛ لأنه أشد حرارة منه إذ خلط الفجل بدقيق الشليم؛ أذهب القروح الخبيثة، والبنية ونفع من النمش، وسائر الألوان الغريبة، وآثار الكلف، وإذا خلط بذره مع الخل عالج القوباء، وهو جيد لأوجاع المفاصل».

قال داود الأنطاكي: «الفجل ينقي الأخلاط بالماء والعسل، وينقي الصدر والمعدة، ويخرج الرياح، ويسكن السعال، وعصارته تفتت الحصى، وبذره يقوي المياه- القدرة الجنسية- ويصلح بدر الكبد، ويزيل البهاق، وداء الثعلبة، وسقوط شعر الرأس، وبطلاء زيت بذور الفجل يحلل أوجاع المفاصل وعرق السنا والنقرس والاستسقاء».

التحليل العلمي والفوائد العلاجية:

يحتوي الفجل الطازج على حوالي ٩٢٪ ماء، ٧. ٪ سيلولوز

الذي يشكل جزءًا من الألياف المفيدة والمقوية لعمل الأمعاء، ١. ٪ مواد دهنية، ٣,٠, ٤٪ سكرية، ١,٢ بروتين بالإضافة إلى نسبة البوتاسيوم حوالي «٣٨ ملجم»، والحديد «١,٣ ملجم»، واليود «١٦، ملجم» مع قليل من المواد النشوية، وفيتامين «ج»، وأيضًا على نسبة مرتفعة من فيتامينات (أ، ب)، وتعتبر أوراق الفجل أكثر فائدة من الجذور.

وقد اتضح أن لتناول الفجل تأثيرات منعشة، ومنشطة للجهاز الهضمي والكبد، ومكافحة تكوين حصوات الكُلى والمرارة، وأن تناول عصير الفجل يساعد على إفراز اللبن من المرضعات، وعلاج وقائي ممتاز ضد تصلب الغشاء البلوري، والاستسقاء، وبعض أمراض الدورة الدموية والروماتيزم.

لتنشيط إفرازات الصفراء وعلاج اليرقان:

أكدت التجارب أن كوبًا من عصير الفجل يشرب صباحًا على الريق يمكن اعتباره مفرغًا للصفراء التي تسبب الدوخة، وهو أيضًا مساعدًا عظيمًا لعلاج مرض اليرقان وكسل الكبد.

الترمس وفوائد الطبية:

استعمل الفراعنة الترمس في العديد من الوصفات العلاجية لحالات عسر البول، ولطرد الديدان المعوية والشريطية، وبعض الأمراض الجلدية، ثم جاء الترمس في وصفات الطب العربي قديمًا

لعلاج اضطرابات الكبد والطحال بعد خلطه بالخل وعسل النحل، وكذلك لإدرار الطمث، وتطهير المعدة والأمعاء وعسر البول بينما استعمل كدهان موضعي بعد خلطه بالخل لتسكين أوجاع المفاصل، ولعلاج الأمراض الجلدية، وعرق النسا، وكغسول لتنقية شوائب البشرة.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي الترمس على حوالي ٣٠٪ بروتين، وألياف سليولوزية، ومادة اللينين، وهي مكونة من كاليسيوم وفوسفور، وتفيد حالات ضعف الأعصاب، كما أثبتت التجارب وجود مادة هرمونية في الترمس تشبه مادة البتيوترين، وهي خلاصة الغدة المخية النخاعية الخلفية، ولها تأثير منشط على انقباضات عضلات الرحم.

أما المادة المرة في الترمس لها تأثير مقو ومنبّه للقلب يشبه تأثير مادة «الأسبارتين»، وأظهرت التجارب المعملية الحديثة أن مسحوق الترمس قلوي مربط للجلد يساعد في علاج كثير من الأمراض الجلدية، ولديه القدرة على طرد محتويات الأمعاء، وقتل الديدان الشريطية، ويساعد على تفتيت حصوات الكُلى والمسالك البولية وعلاج عسر البول، كما اتضح أيضًا أن للترمس تأثيرًا مخفضًا لضغط الدم المرتفع، وتقليل نسبة وجود السكر في البول، أما الزيت المستخرج من الترمس بواسطة التقطير؛ فهو يساعد في علاج العديد

من الأمراض الجلدية على شكل دهان موضعي.

الجميز وفوائده الطبية:

جاء الجميز ضمن الوصفات العلاجية الفرعونية كمسهِّل وملِّين للمعدة والأمعاء ولعلاج النزلات المعوية ومتاعب الكبد ومرض الأسقربوط، وكان يشرب على شكل عصير، كما استعمل الفراعنة المادة اللبنية السائلة من الثمار في علاج الأمراض الجلدية، وخاصة الصدفية ولسع العقارب وعضات الثعابين والتهابات اللثة، ثم جاءت المادة اللبنية السائلة من الجميز في الطب العربي لعلاج جراحات العين، والتخلص من الأورام بينما استعملوا الثمار لاضطرابات المعدة.

الجميز والفوائد الطبية:

أظهرت نتائج البحوث العلمية التي نشرت في المؤتمر الدولي للأمراض الجلدية عام ١٩٨٠م أن المادة اللبنية السائلة من ثمار الجميز تفيد في علاج مرض الصدفية، والعديد من الأمراض الجلدية الأخرى على شكل دهان موضعي؛ نظرًا لأن الجميز يحتوي على مضادات حيوية قادرة على إبادة الجراثيم، ومواد أخرى تساعد على سرعة التئام الجروح بالإضافة إلى أن تناول ثمار الجميز منبِّه وملِّين جيد للمعدة، ومطهر للنزلات المعوية، وطارد للغازات.

حب العزيز وفوائده الطبية:

استعمله الفراعنة لحالات الحمى، والبلهارسيا، والتهاب الرحم، وكتاركتا العين، وضمن دهان موضعي للأكزيما، وبعض الأمراض الجلدية، بينما وصفه الأطباء العرب القدامى لزيادة السائل المنوي للرجال وكسل الكلى والكبد، ولعلاج متاعب الصفراء والسعال وحرقان البول على شكل عصير مصفى ومحلى بالسكر أو عسل النحل.

الفوائد الطبية:

يحتوي حب العزيز على حوالي ٣٠٪ زيت، و ٢٨٪ نشا، وحوالي ١٢٪ سكروز، ونسبة قليلة من البروتين، وقد اتضح من الأبحاث التي قام بها فريق من علماء مصر أن حب العزيز يعتبر علاجًا مثاليًا لمعظم أنواع الصداع.

كما أن لثمار هذا النبات قدرة بالغة على تكرير البول وتنقيته من الشوائب الضارة، كما يفيد في علاج الاضطرابات المعوية، ويزيد من إدرار اللبن، ويستخدم لشفاء بعض الأمراض الجلدية.

٤- الحلفابر وفوائده الطبية:

يكثر نمو هذا النبات إلهيًا في كثير من الأماكن الصحراوية، وعرف البدو فوائده عن طريق التجربة والوصفات العلاجية لأجدادنا القدماء، ثم استعمله العرب القدامى في علاج اضطرابات

الكلى، وتفتيت حصواتها، وتحلية مغلي أعشاب حلفابر بالعسل النحل، وتناول المشروب صباحًا على الريق لطرد الديدان.

الفوائد الطبية:

تحتوي الأعشاب على زيوت عطرية طيارة تتراوح نسبتها في الأوراق ما بين ٤٣٣ , ٠٪ إلى ٦٨٠ , ٠٪ وتكون أعلى نسبة للزيت في الأوراق قبل عملية الأزهار، وأقلها أثناء عملية النضج للبذور، ويلاحظ أن الزيت المستخرج من النبات يكون أصفر اللون ورائحته تشبه رائحة الكرفس، والزيت يذوب في حجمه كحول ٨٠٪.

واتضح علميًا أن مشروب مغلي عشب الحلفابر يساعد كثيرًا في خفض درجة الحرارة، وخاصة أثناء حالات الحميات والحصبة، كما أن مشروب مغلي الحلفابر مع الدمسيسة مفيد في حالات المغص، وارتفاع درجة الحرارة.

إن الأبحاث العلمية الأخيرة أكدت أن مغلي عشب الحلفابر إذا شرب على هيئة شاي يعتبر معرقًا ممتازًا ضد حالات البرد ولتهدئة الكحة، كما تأكد الدراسات أن وجود مادة فعالة في عشب حلفابر يفيد في علاج الروماتيزم، وتبين من الدراسات أن لهذا النبات تأثيرات علاجية عظيمة في حالات عسر البول، والمغص الكلوي، ومساعدة حصوات القنوات البولية على الخروج، وقد تمكن أيضًا من استخلاص عقار جديد من أعشاب حلفابر لاستعماله في تفتيت

الحصوات، وهو موجود حاليًا لعلاج أوجاع المفاصل، وحالات البرد الشديد.

الحمص وفوائده الطبية:

جاء في الوصفات الفرعونية الشعبية أنه مليِّن للمعدة، ويدر البول، ويزيد من الحيوية الجنسية، بينما في الطب العربي يعتبر غذاء ممتاز للرئة، ويصفي الصوت، ويزيل اضطرابات الكبد والطحال، ويفتت حصوات الكلى والمثانة، وإذا نقع في الخل وتناوله المريض صباحًا على الريق طرد الديدان، وإن مسحوق الحمص إذا عجن واستعمل لبخات أزال أوجاع الظهر والأورام ونفع القروح الصديدية.

الفوائد الطبية:

تحتوي كل ١٠٠ جرام من الحمص على حوالي ١٤٪ ماء، و٩٪ مواد دهنية، و٢٥٪ مواد بروتينية، و٢,٥٪ مواد رمادية، و٥٪ مواد سليولوزية، و٢١٩ ملجم كبريت، و٣٥٠ ملجم فوسفور، و٥٠ ملجم كلور، و٩٣٠ ملجم بوتاسيوم، و٦٠ ملجم كالسيوم، و٥,٥ حديد برغم صعوبة هضم الحمص عند البعض إلا أنه يفيد الجسم سواء تناوله الإنسان طازجًا أو جافًا أو مسلوقًا.

وقد اتضح أن للحمص عدة خواص علاجية ممتازة من أهمها أنه منقي للدم ومدر للبول والطمث ومفيد للكلى، وله تأثير

هرموني ذكري؛ ولذلك يوصف كثيرًا في حالات الضعف الجنسي للذكور، ولعلاج الأمراض الجلدية.

الجرجير وفوائده الطبية:

يتمتع الجرجير بشعبية هائلة بين عامة الناس كأحد المقبلات (المشهيات) الرخيصة، ولكن قيمته الغذائية والوقائية ممتازة، وقد استعمله الأطباء العرب القدامى لمتاعب الطحال والكبد، وعسر الهضم، والبول وقلة اللبن عند المرضعات، كما وصفوه لزيادة الحيوية الجنسية، وأيضًا للعلاج من النمش والبقع الجلدية.

الفوائد الطبية:

يحتوي الجرجير على مادة خردلية، ومواد مرة، ومقادير من فيتامين «ث»، ويود وكبريت وحديد وعناصر أخرى، وكل هذه المواد لها أهمية عظيمة في تنشيط وظائف الغدد، وتنقية الدم.

واتضح علميًّا أن للجرجير فوائد ممتازة في علاج حالات عسر الهضم والروماتيزم، ويعتقد بعض العلماء أن الجرجير يساعد في علاج السُّل الرئوي، وكذلك خفض نسبة السكر في الدم عند مرضى السكر، والضعف الجنسي، والأمراض الجلدية، والشعر.

ملحوظة: «يجب على المصابين بتضخم الغدة الدرقية، والنساء الحوامل عدم الإسراف في تناول الجيرجير».

رعرع أيوب وفوائده الطبية:

عرف هذا النبات منذ أيام الفراعنة باسم «فرفر» لعلاج الأمراض الجلدية، والتواء المفاصل ثم تحولت الكلمة عند العامة من الصعايدة المحدثين إلى كلمة «ورور»، وكان النبات مقدسًا عند الفراعنة الذين استعملوه للوقاية والعلاج، ثم اشتهر هذا النبات أيام الجاهلية منذ العرب باسم «رعرع أيوب» الذي ساعد سيدنا أيوب - رجل التجارب والآلام والصبر والاحتمال- على علاجه من مرضه الجلدي المزمن، والدليل على الفوائد العلاجية لهذا النبات أن البدو في الواحات عرفوا قيمته منذ أزمان بعيدة، وكذلك الأقباط في مصر كانوا ومازالوا ينقعون أوراق هذا النبات في الماء الذي يستحمون به في يوم «أربعاء أيوب» في الصوم الكبير.

الفوائد الطبية:

لا يزال هذا النبات يحمل أسرارًا علاجية لم تظهر آثارها بعد، ولا يزال البحث جاريًا عن حقيقة الفوائد الطبية لهذا النبات الذي يمكن بصفة مبدئية حتى الآن أنه يفيد لعلاج بعض الأمراض الجلدية، ورضوض المفاصل، وكدمات العظام، على شكل لبخات موضعية.

وتحدثنا قصة سيدنا أيوب الذي كان يعاني من شدة المرض الجلدي الذي استمر زمنًا طويلاً اختلف فيه المفسرون بأن الله تعالى شفاه بتناوله هذا النبات ووصفة بيَّنها له.

السمسم وفوائده الطبية :

يستعمل السمسم في كثير من الوجبات الشعبية مثل الفلافل «الطعمية»، وبعض الفطائر، والوجبات الغذائية، وقد احتل مكانة علاجية عظيمة عند الفراعنة الذين استعملوه ضمن لبخة آلام المفاصل والركبة، بينما جاء في وصفات الطب العربي كمليِّن، ويساعد على إدرار البول، ونافع للقولون والربو، وخلط زيت السمسم مع منقوع الصبار والزيرب يزيل الكحة والسعال، وإذا مزج مع عصير الرمان كان طلاءً جيدًا للجرب والقروح.

الفوائد الطبية:

تحتوي بذور السمسم على حوالي ٥٠٪ زيت، و٢٠٪ بروتين، وقليل من النشا، والباقي سليلوز ومواد أخرى، ويتركب الجزء الأكبر، وهو حوالي ٧٥٪ من جليكوسيدات لعدة أحماض دهنية منها الحامض الزيتي والحامض الكتاني والحامض النخلي والحامض الطبي، ويستخرج من بذور السمسم الزيت المعروف بـ «السيرج» الذي يدخل في صناعة الصابون، وتحضير الزبدة الصناعية، أما الناتج من احتراقه؛ فيستخدم في صناعة أدوية السُّل الرئوي، ومتاعب القولون، وتدليك البشرة.

السلق وفوائده الطبية :

يحظى بشعبية كبيرة في إكساب بعض الأطعمة مذاقًا مقبولاً،

ويدخل في بعض الوصفات العلاجية القديمة، وقد أشار إليه أطباء العرب في أنه ينفع داء الثعلبة -سقوط الشعر من الرأس- والكلف إذا استعملت أوراقه ضمادات، وكذلك يضمد أوراقه المسلوقة على الأورام والبثور وأماكن الحروق، ويقال: إن مزج عصير السلق مع عسل النحل يعالج القوباء والقروح الصديدية.

الفوائد الطبية:

أوراق السلق غنية جدًا بمجموعة فيتامينات (أ، ج، ك)، وكذلك بالأملاح المعدنية وخاصة الحديد والكالسيوم، ولذلك يعتبر مناسبًا للمصابين بفقر الدم -الأنيميا- كما يحتوي على مادة مليِّنة للمعدة والأمعاء، والتخلص من الغازات، واتضح أن اللبخات الورقية للسلق تساعد في علاج الجروح المتقيحة كما أن تناول الأوراق المسلوقة لهذا النبات يفيد في علاج التهابات القولون.

السنامكي وفوائده الطبية:

جاءت أوراق وبذور هذا النبات في البرديات الفرعونية الطبية على شكل منقوع كمشروب لعلاج اضطربات المعدة والإمساك، ويقال: إن الأطباء العرب عرفوا قيمة هذا النبات في حوالي القرن التاسع الميلادي لعلاج النقرس وعرق النسا وأوجاع المفاصل والصفراء والبواسير.

الفوائد الطبية:

تحتوي السنامكي على جزء من الجوهر الفعال في الروانـد، وجوهر آخر يوجد في نبات الصبار كما يحتوي الثمار والأوراق الجافة على كمية كبيرة من (مناسويد أ)، و(مناسويد ب)، ومادة الأنثراكينون واسيتوسيد، وبذلك تعتبر أوراق النبات مفيدة لحالات الإمساك المزمن؛ نظرًا لاحتوائها عنصر الانتراكينون جليكوسيد -الأمودين- كما أن منقوع قرون السنامكي -البذور- تعتبر منشطًا جيدًا لعضلات الأمعاء، ومن المعروف علميًّا أن الجوهر الفعال في السنامكي يتأثر بالحرارة، لذلك يفضل نقعها في الماء عدة ساعات بدلاً من غليها.

شواشي الذرة وفوائدها الطبية:

إن مغلي شواشي الذرة يتمتع بشعبية هائلة كمشروب لعلاج المغص الكلوي، والتهابات المسالك البولية، وجاء هذا العلاج ضمن الوصفات الطبية الفرعونية، وشواشي أو حرير الذرة هو في الحقيقة عبارة عن مباسم الأزهار المؤنثة لنبات الذرة الذي اتضح علميًّا فوائد مغليها كمشروب مدر وتسكين الآلام ونزلات البرد، ومساعدة الحصوات البولية على الخروج، وإزالة التهابات المثانة، وكذلك تقليل نسبة الزلال في البول، وعلاج بعض أمراض القلب.

وقد أكدت أبحاث خبراء العلاج بالأعشاب أن مغلي شواشي

الذرة مفيد في علاج بعض أمراض الجهاز البولي المصحوبة بنوع من الأنيميا الخطيرة، هذا بالإضافة إلى الفوائد الطبية المعروفة لزيت الذرة في علاج ارتفاع ضغط الدم؛ لأنه يساعد على عدم تكوين مادة الكوليسترول في الدم، وهو بذلك يعتبر مناسبًا تمامًا لمرضى تصلب الشرايين، ويعتبر النشا المستخرج من حبوب الذرة مناسبًا لعمل حقنة شرجية للأطفال في حالات النزلات المعوية الحادة.

الشيكوريا وفوائده الطبية:

كانت الشيكوريا ولا تزال النباتات الغذائية الرخيصة التي يتناولها العامة من الشعب مع الجبن أو بعض الوجبات الشعبية، وتعرف في بعض البلاد الأخرى باسم «الهندباء»، وكان الأطباء العرب القدامى يصفون عصير نبات الشيكوريا لعلاج أمراض الكبد والمرارة والطحال والكلى والحميات وتقوية القلب.

الفوائد الطبية:

تحتوي الشيكوريا على مواد مرة منشطة مقوية، ومواد راتنجية ونترات البوتاسيوم وكبريتات البوتاسيوم وبروتين وسكريات وأملاح ومادة الكلوروفيل ومادة الأينولين، ومواد مدرة للصفراء والبول كما أن أوراقه غنية جدًا بالحديد والصوديوم، ومواد تساعد على الهضم، ويحضر حاليًا من الشيكوريا دواء مهدئ للأعصاب، وخاصة في حالات أمراض التنفس والسل.

وقد أثبتت الأبحاث الطبية أن تناول الشيكوريا يقلل الإفرازات الحمضية للمعدة، ويساعد على التخلص من متاعب الكبد والطحال والكليتين، وتقليل نسبة السكر، وعلاج حالات ضمور العضلات، وآلام الأطراف والتهابات المفاصل.

اكتشف العلماء حديثًا أن الشيكوريا تقوي الجسم، وتفيد في حالات الأنيميا والإرهاق؛ بسبب توازن عنصر الحديد فيها، أما الجذور فهي منشطة للأمعاء والكبد والطحال، وفاتحة للشهية، ولها تأثيرات عظيمة في علاج حالات عسر البول، وحب الشباب، وبعض الأمراض الجلدية والكبد.

الصبار وفوائده الطبية:

عرفت الخواص العلاجية لنبات الصبار منذ أيام الفراعنة لحالات عسر الطمث والصفراء والإمساك، واستعملوه دهانًا موضعيًا لتقرحات العينين، وفوق الجروح والحروق، ومن بعدهم استعمل أطباء العرب منقوع الصبار لحالات سوء الهضم وأوجاع الرأس وللحروق النادرة، وعلى شكل دهان موضعي للبثور والإصبع الداحس (المدوحس)، وأوجاع المفاصل والجرب والقروح بعد خلطه بعسل النحل، وكذلك دهانًا لآلام العضلات وحمرة الجلد.

الفوائد الطبية:

يحتوي عصير الصبار على جلوكوسيدات الألوين والباربالوين

وحمض السينايك، وأهم مواده الفعالة هي مادة الصبارين التي تتراوح نسبتها من (٣٠- ١٠٪) حسب نوع النبات، وتستعمل كمادة مسهلة تدخل في صناعة الأقراص الطبية المستعملة في علاج الإمساك، والتي يظهر مفعولها عقب (٨- ١٢) ساعة تقريبًا كما تضاف مادة الصبارين عادة إلى بعض المواد الأخرى المضادة لحالات المغص.

ومن أهم مميزات الصبار أن تأثيره المسهل لا يسبب آلام الأمعاء؛ لأنه ليس عنيفًا، ولا يعرقل حركة الهضم، وتكرار تعاطيه في حالات الإمساك الشديد.

الصبار والأمراض الجلدية:

جاءت نتائج البحوث العلمية الحديثة لتؤكد أن خلاصة الصبار تفيد علاج بعض الأمراض الجلدية، وحب الشباب؛ ولذلك قام بعمل غسول طبي يحتوي على خلاصة الصبار، كما اتضح أن للصبار فوائد علاجية عظيمة لحالات قرحة المعدة والأمعاء، ومرض البلهارسيا.

الصبار لمنع الحمل:

أجريت التجارب والأبحاث على عصير الصبار؛ فظهر أن عصير أوراق الصبار، وهو طازج له أثر قاتل على الحيوانات المنوية، وأكد بأنه تمَّ فعلاً تحضير مرهم يحتوي على مادة سابوتين الجيسويك

بغرض الاستخدام الموضعي كوسيلة لمنع الحمل.

الصبار وقاية وعلاج لقرحة المعدة:

لقد أجريت أبحاث عن تأثيرات نبات الصبار على قرحة المعدة من الناحية الوقائية والعلاجية، وفعلاً أظهرت النتائج إمكانية الوقاية من تكوين قرحة المعدة بواسطة إعطاء حيوانات التجارب لب نبات الصبار، كما تبيَّن أن للصبار خاصية المساعدة على سرعة التئام قرحة المعدة.

الفاصولياء الخضراء وفوائدها الطبية:

اكتشف العلماء حديثًا أنها تحتوي على حامض أميني ومادة ترى كونيلين ومواد أخرى تساعد على تقليل نسبة السكر في البول، وأخرى على زيادة إدرار البول، وتنقية الكليتين بالإضافة إلى مجموعة فيتامينات (أ، ب، ج) مع نسبة كافية من البروتين، وبعض الأملاح المعدنية، وخاصة الحديد.

وأثبتت الدراسات الطبية الحديثة أن مغلي قشور الفاصولياء الخضراء ومسحوق بذورها يساعد في علاج أمراض النقرس، وأوجاع الروماتيزم، وآلام المفاصل، والبول السكري، وانحباس الماء في أنسجة الجسم، والتهابات المثانة، والمغص الكلوي، وتسهيل خروج حصوات الكُلى، كما أن استعمال مغلي النبات كغسول خارجي يساعد في علاج بعض الأمراض الجلدية مثل الأكزيما والحكة والهرش، وتنقية شوائب البشرة.

النبق وفوائده الطبية:

إن هذه الفاكهة الشعبية المصرية عرفت منذ أيام الفراعنة ضمن وصفات علاجية لتنقية الدم وكسل الكبد والأمراض الصدرية والصرع، وكانوا يستعملون لذلك مشروبًا مكونًا من عصير النبق مخلوطًا مع الخروب، وقليل من الحليب، وعسل النحل مع حبوب شتا، وبعد أن يغلى المنقوع ويصفى، يُشرب على أربع مرات.

وجاءت في الوصفات الفرعونية لبخات من مهروس ثمار النبق «السدر» لعلاج بعض الأمراض الجلدية موضعيًا.

الفوائد الطبية:

تحتوي ثمار النبق على مواد نشوية وسكرية ومادة الأيمودين والفلافون المسهلة، وأكدت الدراسات الطبية حاليًا أن للنبق القدرة على إبادة الجراثيم من الفم والحلق؛ لأنه يحتوي على مضاد حيوي، ولتنقية الدم واللثة، والمساعدة في علاج حالات تورم الثدي.

جوزة الطيب وفوائده الطبية:

جاء في البرديات الفرعونية لتنشيط الهضم والدورة الدموية، وفي وصفات الطب العربي للكبد أو الطحال، وإصلاح المعدة، وعسر البول، والشلل، وزيت جوزة الطيب لالتهابات الأذن، وضعف السمع، ويستخدم كدهان موضعي لإزالة بقع الوجه والنمش.

وقد أكدت التحليلات العامة الحديثة أن ثمار جوزة الطيب يحتوي على زيت طيار ودهن صلب ونشا وبعض المواد الزلالية، وتبلغ نسبة الزيت حوالي ٢٥٪ من الثمار، ويتميز بطعمه الحاد المقبول، ويحتوي على مادة الميرستين المخدرة التي تبلغ نسبتها حوالي ٤٪ من الزيت، والباقي جلستريدات لعدة أحماض دهنية أخرى مثل حامض جوزة وحامض ستاريك وحامض بالميك وحامض زيتي.

ويدخل دهن جوزة الطيب في صناعة الروائح العطرية، وكمادة ذات صفات منشطة في بعض الدهانات لحالات الروماتيزم، كما تستعمل جوزة الطيب كإحدى التوابل، وتدخل في تركيب الأودية والمشروبات المهضمة والمنشطة والطاردة لرياح المعدة.

أما القشور الجافة للثمار التي تعرف عند العطارين بـ «البسباسة» لها رائحة عطرية، وعمومًا تعتبر الثمار والقشور ذات الفوائد المنبهة اللطيفة التي تساعد على طرد الغازات من المعدة، ولكن إذا أُخذت بكميات كبيرة يصبح لها تأثير مخدر.

حبة البركة وفوائدها الطبية:

عرفت فوائدها العلاجية منذ أيام الفراعنة لاضطرابات الهضم وغيرها من الأمراض، وجاءت في وصفات الأطباء العرب القدامى كمقوية للمعدة، ولحالات عسر الطمث، وكثرة الغازات، وعلى هيئة لبخات بعد مزجها بالخل لأوجاع الرأس والجرب المتقيح والبرص.

وقد أثبتت الدراسات الطبية الحديثة أن بذور حبة البركة تحتوي على زيت طيار بنسبة حوالي ٥,١٪، وزيت ثابت ٣٣٪، وهو منفث ومهدئ للنزلات الصدرية والسعال العصبي الربو ومدرة للبول واللعاب كما أن المادة الفعالة طبيًّا في حبة البركة هي «النجلون» التي تدخل في صناعة أدوية الكحة وأمراض الصدر.

وقد أظهرت الدراسات الحديثة أن حبة البركة تفيد علاج ديدان الأسكارس، بينما يستعمل الزيت لتنشيط الدورة الدموية، وحالات الضعف الجنسي، ولعلاج حالات الربو والسعال الديكي بالإضافة إلى الفوائد الأخرى في تنشيط الجهاز الهضمي، وطرد الغازات، وتسكين الآلام الشديدة، وعسر البول، والطمث، وعلاج بعض الأمراض الجلدية.

الحبهان وفوائده الطبية:

كثيرًا ما يستعمل في اكتساب بعض الأطعمة مذاقًا مقبولاً ونكهة مميزة حيث توضع فصوص الحبهان في الشوربة، ويخلط مسحوقها مع اللبن، وغير ذلك.

وجاءت بذور الحبهان في وصفات الطب العربي لتنشيط الدورة الدموية، والحالة الجنسية، ومتاعب المعدة، وغير ذلك.

واتضح حديثًا أن بذور النبات تحتوي على زيوت طيارة تصل نسبتها إلى حوالي ٦٪، وعلى نسبة صغيرة من زيت الكافور

والسينول والبورينوي، وعن طريق التقطير يحصل من البذور على زيت الحبهان، وهو سائل عديم اللون تقريبًا، وله رائحة عطرية، وطعم لاذع، ويذوب في ثلاثة أمثال حجمه كحول ٧٠٪، كما يحتوي زيت الحبهان أيضًا على خلات التربيتول والسيول والليمونين والبورنيول، وتستعمل بذور الحبهان في تحسين نكهة الأغذية، وأيضًا لتحسين طعم ورائحة وخواص المركبات العلاجية المقوية والمسهلة.

فقد اتضح أن للحبهان الكثير من الفوائد الطبية في تنبِّيه المعدة، وفتح الشهية، وتنشيط إفرازات الأنزيمات الهاضمة، وطرد الغازات من المعدة والأمعاء، وتسكين حالات المغص المعوي، وضد الإسهال.

الحرمل وفوائده الطبية:

إن أعشاب الحرمل من النباتات المصرية القديمة، وقد تناولها الأطباء القدامى لعلاج الدودة الشريطية، وإدرار اللبن عند المرضعات، والمساعدة في تنشيط الحالة الجنسية عند الرجال، بينما جاء الحرمل في وصفات الطب العربي قديمًا لعلاج أوجاع المفاصل والقولون، وعرق النسا والربو، وأمراض الصدر، والصرع، والصداع، وعسر البول، والطمث، وغير ذلك من الأمراض.

اتضح اليوم أن بذور الحرمل تحتوي على ثلاثة قلويدات تشكل في مجموعها حوالي ٤٪ من وزنه يشكل قلويد الحرملين حوالي ثلث

كمية القلويدات الكلية بالبذور التي تحتوي على قلويد حرمين وقلويد حرمالول، وتستخرج من أزهار وسيقان النبات قلويد بيجارين.

وأثبتت البحوث العلمية أن لهذه القلويدات خاصية قتل وإبادة الكائنات الحية الدقيقة؛ ولذلك تستخدم بذور الحرمل في قتل الديدان الشريطية والأسطوانية، وعلاج حالات الملاريا المزمنة، وليست الحادة، وهي صالحة للمعدة، والجهاز العصبي المركزي للإنسان، وتحتوي البذور على صمغ أحمر مخدر استعمل قديمًا في احتباس البول والطمث، وتقوم البحوث حاليًا حول إمكانية استخدام الحرمل في علاج حالات العقم والضعف الجنسي.

الحنظل وفوائده الطبية:

استعمله الفراعنة لعلاج الإمساك والحميات والاستسقاء، ولطرد الديدان من الأمعاء، ولتخفيف وتسكين الآلام، وجاء ضمن لبخة موضعية لخراج الثدي والإصبع الداحس، ودهانًا للحروق، وحقنة مهبلية للإجهاض، واستعمل أطباء العرب قديمًا زيت بذور الحنظل دهانًا لعلاج المفاصل، وعرق النسا، والجذام، والأورام، وداء الثعلبة، ومزج بالخل كمضمضة لأوجاع الأسنان، واستعملوه ضمادات لأوجاع الظهر والنقرس.

تحتوي ثمار الحنظل على مادة قلوية لها تأثير قوي مسهل،

وتحتوي البذور على نسبة من الزيوت الثابتة، ويعتبر العقار بصفة عامة منشطًا للجهاز الهضمي، ومن المسهلات القوية، والجوهر الفعال في الحنظل شديد المرارة، ويدخل أحيانًا في تركيب معظم الأدوية المستخدمة في علاج بعض أمراض المسالك البولية، وآلام الروماتيزم، وحالات الاستسقاء، والحمى، والتهابات الثدي، وأمراض العيون، وخاصة الرمد الحبيبي، وغالبًا لا يؤخذ الحنظل بمفرده دائمًا، ولكن مع بعض الأعشاب الأخرى مثل الصبار أو القرنفل أو الحبهان بغرض تقليل حالات المغص التي تصاحب تناوله.

ومن الجدير بالذكر أن الزيت المستخرج من بذور الحنظل يفيد في علاج بعض الأمراض الجلدية، ويعتبر الحنظل مدرًا شديدًا للبول، ولكن إذا أُخذ بكميات كبيرة؛ فيؤدي إلى إصابة الأمعاء بالالتهابات.

الدمسيسة وفوائده الطبية:

من الأعشاب المصرية المعروفة عند كثير من البدو والفلاحين منذ قديم الزمان، ولها شهرتها الواسعة في الوصفات الشعبية، وتحتوي على زيوت طيارة وثابتة، أهمها مادة السوجون، ولها تأثير قوي في علاج حالات المغص الكلوي، وتسهيل خروج الحصوات، وإدرار البول، وإذا استعمل مغلي الأعشاب بكميات قليلة قوى المعدة، وساعد على الهضم.

وأثبتت التجارب العلمية الأخيرة أن مشروب مغلي أعشاب الدمسيسة الجافة يساعد في علاج التهاب المسالك البولية، واحتباس البول.

الدوم وفوائده الطبية:

استعمله الفراعنة في عدة وصفات طبية متنوعة لعلاج التهاب المثانة، وعسر البول، وتنقية الدم، ولكن الدراسات الطبية الحديثة أكدت أن ثمار الدوم يحتوي على مواد سكرية وراتنجية وقلويات مفيدة جدًا في حالات الحميات، ومنعشة في نفس الوقت، وأن آخر الأبحاث الطبية تؤكد أن تناول الدوم يعمل على تخفيض حالات ضغط الدم المرتفع، وهبوط درجة حرارة الجسم في حالات الحمى.

الرواند وفوائده الطبية:

ظل هذا النبات متمتعًا بشهرة واسعة منذ قديم الزمان لدرجة أن أطباء العرب القدامى وصفوه كعلاج لحالات الصديد في البول والخراريج تحت الحجاب الحاجز، ولتنظيف الجهاز الهضمي والكبد والصفراء والطحال والكلى والسعال المزمن والربو والدوسنتاريا، وأوجاع المثانة، وممزوجًا بالخل كدهان موضعي للبهاق والكلف والبقع الجلدية.

أثبتت التحاليل المعملية أن نبات الرواند يحتوي على جلوكسيدات وأحماض عضوية والنشا والدكستروز وأكسلات الجير

وزيت طيار، وعلى مادة الرميسين والأمودين، وباقي مشتقاته، وكذلك على حمض الكريزفانيك وجلوكوسيدات الأنثركوينون الراوندية المسهلة وجلوكوسيدات دابغة قابضة، ولذلك يفيد في معالجة الإسهال الناتج عن تعفن الطعام في المعدة، وتستخدم ريزومات الراوند طبيًّا كمسهلة ومصلحة للمعدة ومنبِّهة للشهية، ويعقب الإسهال حالة انقباض، ولذلك فإن استخدامها يفيد في تنظيف الأمعاء، وكسل الصفراء، وأمراض الكبد.

اتضح من الأبحاث العلمية الحديثة أن للراوند أثرًا طبيًا فعالاً في علاج حالات الكبد، وتنقية الدم لاحتوائه على مادة رميسين كما أن الراوند يعتبر مطهرًا، ويكسب الجسم مقاومة ضد الأمراض المعدية، كما تأكد للعلماء أن مسحوق الجذور مقوي للمعدة، وأن تناول الراوند بجرعات صغيرة يقوي المعدة، وينشط الهضم، ويوقف النزيف، أما الجرعات الكبيرة؛ فهي مسهلة، والراوند مقوي ومطهر ومفيد للهضم؛ لأن طعمه المر يزيد من إفراز اللعاب، وتنبِّه أغشية المعدة.

الشمر وفوائده الطبية:

استعمله الفراعنة في علاج حالات انتفاخات المعدة ونزلات البرد، ولإزالة الآلام، وصناعة بعض الدهانات الطبية والعطور، وقد أكدت التحاليل المعملية حديثًا أن بذور الشمر تحتوي على زيت طيار مع مادة الأنيثول والفانثون المنشطة لإفرزات الغدد والطاردة

للغازات والمسكنة للتشنجات؛ لذلك يعتبر الشمر مهدئًا ومثيرًا في نفس الوقت، ومن أهم مميزاته الطبية علاج حالات المغص المعوي، وانتفاخات المعدة، وعسر البول، والطمث، والتهابات الجلد.

الفليه وفوائده الطبية:

من النباتات المصرية الشائعة الاستعمال في الريف، وعند أهل البادية، ووصفها الأطباء القدامى لعلاج عسر البول والسعال والمغص، وزيادة غازات البطن والأمعاء وعسر الطمث، وغسولاً موضعيًا لبعض الأمراض الجلدية، وخاصة الحكة والبهاق ولسع الحشرات.

وتأكد الخبراء حديثًا أن هذا النبات يحتوي على زيت له خواص مسكنة لحالات المغص الناتج عن غازات المعدة والأمعاء، وللنبات رائحة عطرية تشبه النعناع، وأهم المواد الفعالة لاذعة الطعم ومنعشة ومنبهة للأعصاب ومدرة للطمث، وتساعد على طرد البلغم، وتهدئة الأزمات الصدرية، وإن مغلي الأعشاب الجافة للنبات على هيئة مشروب الشاي بعد تحليته يعتبر من المشروبات المنفثة والمهدئة للآلام.

الكثيراء وفوائده الطبية:

عُرفت أهمية نبات الكثيراء عند أطباء العرب القدامى لعلاج أمراض الرئة والكُلى وحرقة البول وخشونة الصوت بينما الدهان

المكون من مسحوق الكثيراء الممزوج بعسل النحل يفيد علاج النمش والبقع الجلدية والبرص والبهاق، وهناك تركيبة عربية معروفة لتحسين لون البشرة تتكون من كميات متساوية من الكثيراء والمصطكا والزعتير وحبة البركة مع كمية مماثلة من عسل النحل بغرض تحسين ونعومة البشرة.

أثبتت التحاليل الحديثة أن الكثيراء تمتاز بخاصية الانتفاخ عند إضافتها للماء، مكونة مادة غروية غير قابلة للذوبان في الماء، وتعرف بـ «البلسورين»، وتحتوي على مادة تراجاكانثين ومواد نشوية وراتنيجية وسليولوزية وكربوهيدراتية وأملاح الكاليسيوم والبوتاسيوم.

وتستعمل الكثيراء في المجال الطبي كقاعدة لتحضير بعض الأدوية لربط المسحلبات، وفي بعض مستحضرات التجميل ومعاجين الأسنان، ومن الجدير بالذكر أن خلاصة الكثيراء تعادل ٣٠٪ من تأثيرات الصمغ العربي.

الكركم وفوائده الطبية:

استعمل الفراعنة كمشروب لعلاج حالات الاستسقاء ومسحوق بذور الكركم لبخات لحالات الروماتيزم والقروح السطحية، بينما وصف أطباء العرب مغلي أزهار النبات لأمراض الكبد والطحال وضعف النظر، وكغسول موضعي لحالات الجرب

والقروح، وممزوجًا مع الخل لإزالة آثار البقع الجلدية والنمش من الوجه، ولنبات الكركم رائحة عطرية، وطعم حار مر يحتوي على مادة الكركيومين، أما البذور فتحتوي على زيت ثابت يعرف بـ «التيرميرول».

ويعتبر هذا النبات من الناحية الطبية منبهًا عطريًا خفيفًا، وفاتحًا للشهية، ومدرًا للبول، ومساعدًا على الهضم، ويمكن الاستفادة منه كدهان موضعي لبقع الوجه، وتجفيف بعض البثور والتشققات الجلدية.

الكزبرة وفوائده الطبية:

عُرفت فوائدها الطبية منذ أيام الفراعنة على أنها طاردة للديدان المعوية، وسوء الهضم والانتفاخات والبلهارسيا، وجاءت كدهان موضعي للالتهابات، والكسور، وضمن وصفة لسقوط الرحم، بينما في وصفات الطب العربي كانت لعلاج الحموضة والمعدة وكثرة التبول، ولمرضى السكر، والكزبرة ممزوجة بالخل وزيت الورد وعسل النحل لبخات للأورام الحادة والقروح والحكة.

كما كان الأطباء يصفون مشروب مغلي الكزبرة ممزوجًا بالزعتر مع تحليته بالسكر لعلاج الدوسنتاريا، وممزوجًا باليانسون وخشب الصندل لطرد الديدان المعوية.

وتحتوي بذور الكزبرة على زيت طيار يعرف بـ «اللينالول»،

واستطاعت إحدى الشركات البريطانية استخلاص دواء من الكزبرة الخضراء لعلاج حالات الربو والسعال الديكي.

وقد اتضح أيضًا أن إضافة الكزبرة الخضراء إلى بعض الوجبات أو استعمال مغلي مسحوق الكزبرة يقوي المعدة، ويطرد الغازات، ويمنع حالات القيء، ويمكن استعمال مسحوق الكزبرة في عمل تركيبات كغسول لبعض الالتهابات الجلدية.

الكمون وفوائده الطبية:

استعمل الفراعنة مغلي الكمون لحالات الحمى والمغص المعوي وعسر الهضم ولطرد الدودة الشريطية، ونزيف دم الحيض، كما صنعوا من الكمون دهانًا مسكنًا لآلام العضلات والمفاصل، ولعلاج الحروق، وبعض الأمراض الجلدية.

أما الأطباء العرب القدامى فكانوا يصفون مغلي الكمون ممزوجًا باللبان الذكر لأوجاع المعدة، وحصوات الكُلى والمثانة وانتفاخات المعدة، وممزوجًا بالخل، وغمس قطعة من القماش بهذا المحلول، ووضعها في الأنف لقطع النزيف، وممزجًا بالزيت أو العسل لطلاءالجروح، ومغلي بذور الكمون كغسول لإزالة شوائب الوجه.

ويستطيع الكمون الاحتفاظ بخواصه العلاجية لمدة حوالي ٧ سنوات، وهو منبِّه للمعدة، وطارد للغازات، وقد تمكنت إحدى الشركات من عمل مشروب يسمى «كومل» لعلاج عسر الهضم

والروماتيزم وضعف الشهية وحالات المغص من خلاصة الكمون.

اللبان وفوائده الطبية:

استعمله الفراعنة كمشروب مهدئ، ودهان للصداع والروماتيزم والأكزيما والحروق، ولإزالة التجاعيد من الوجه، وفي الطب العربي لتجفيف القروح والحروق، وممزوجًا بالخل وزيت الزيتون لأوجاع الثدي، ومغلي اللبان لإزالة البلغم، وعسر التنفس، والسعال والربو، وممزوجًا مع الكثيراء لأوجاع الرأس.

يحتوي اللبان على مواد راتنجية بنسبة حوالي ٧٠٪، ومواد صمغية تصل إلى ٢٧٪ تقريبًا، وزيوت طيارة حوالي ٧,٥٪، وهي صفراء اللون ذات رائحة عطرية بلسمية، وطعم منبِّه، وأهم المواد الفعالة في اللبان هي الأيدروكربون والأولبين، وبتقطير اللبان الذكر يمكن الحصول على زيت طيار يشبه التربنتينات، أما الرماد الناتج عن حرق اللبان؛ فيحتوي على كربونات وكبريتات البوتاسيوم، وأملاح الفوسفور.

لذلك يعتبر اللبان منبِّهًا نافعًا لالتهابات الحنجرة والشعب الهوائية والسعال والربو، وبعض الأمراض الصدرية، وهو مزيل للبلغم، ويقال: إنه مدر للطمث أيضًا، وهو يدخل في تركيب اللزقات الطبية، بالإضافة إلى أنه يدخل في تركيب البخور، وبعض المحاليل العطرية، وفي صناعة الكحل الشرقي المستخدم في تجميل

العينين، وبعض المستحضرات الطبية لعمل أغشية حول الحبوب الدوائية. •

المر وفوائده الطبية:

استعمله الفراعنة كدهان موضعي لحالات الجروح والحروق والتهابات الجلد والشرج، ولتسكين أوجاع المفاصل والعضلات والتهابات اللثة والفم وقراع الرأس، ثم وصفه أطباء العرب القدامى كمشروب ممزوجًا مع الترمس لقروح الأمعاء وحالات الإسهال واضطرابات الهضم والسعال والصداع واضطرابات الكبد الطحال، وأوجاع الكُلى والمثانة وعرق النسا.

يحتوي سائل المر على حوالي (٣٥- ٤٠٪) مواد راتنيجية، ومن (٤٧- ٦١٪) صمغ، (٥,٢- ٨٪) زيت طيار، له رائحة عطرية لا يذوب في الماء لكنه يذوب في الكحول الذي تركيزه ٣٠٪، ويدخل في تركيب العديد من أنواع البخور المختلفة، ومن أهم فوائده الطبية أنه مقوي للمعدة، وطارد للغازات، وفاتح للشهية، ومنبِّه لإفرازات العصارات بالمعدة، وقد اتضح حديثًا أن للمر خواصًا مضادة للميكروبات؛ فهو مطهر للجسم عمومًا.

المصطكا وفوائده الطبية:

عُرفت قيمة المصطكا في وصفات الطب العربي قديمًا لعلاج الصداع، وانتفاخات المعدة، وسوء الهضم، ومتاعب الكبد والطحال،

وإفرازات الصفراء، وخاصة بعد مزجها بعصير الصبار ومشروب مغلي المصطكا لعلاج السعال، وتنقية الدم، وإذا طبخت في زيت الزيتون، وقطرت في الأذن؛ أزالت الالتهابات.

تتميز حبيبات المصطكا بأنها شفافة، لها مظهر زجاجي، وتميل للون الأصفر، وهي مادة راتنجية صمغية، سهلة الكسر، ذات رائحة ترينينية، وعندما تكون طازجة يكون لونها أصفر، ومع الوقت تصبح داكنة، وهي تحتوي على حوالي ٢٪ زيوت طيارة أهمها البينين، و٢٠٪ مواد صمغية، و٤٪ حمض الماستيكونيك، وقليل من المواد المرة.

وللمصطكا خاصية الذوبان في كل من الأسيتون، وعطر التربنتين، وتستخدم طبيًّا كمضاد للتشنجات المعوية، وحالات المغص، وأيضًا في تقوية اللثة، والمحافظة على بياض الأسنان، ونظرًا لوجود المادة المرة الخفيفة؛ فهي تزيد من إفرازات اللعاب، وتقوي الهضم.

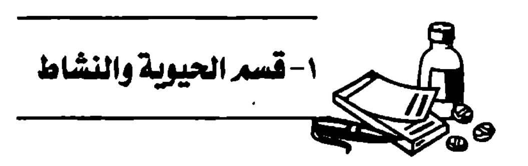
ويفيد مغلي المصطكا حالات عسر البول، وقرحة المعدة، والمغص، ومتاعب القولون، وتدخل المصطكا في صناعة نوع معين من الطلاء، يستعمل في العمليات الجراحية، وفي عمل أغشية حول الحبوب الدوائية.

* * *

الفصل الثالث

قسم الحيوية والنشاط والجمال والتجميل





١- قسم الحيوية والنشاط

الكفاءة الجنسية والأعشاب المقوية عند الفراعنة:

لم يكن الضعف الجنسي منتشرًا بين قدماء المصريين رجالاً أو نساءً، ولم تعثر البعثات الأثرية على ما يدل على انتشار هذه الظاهرة، ولقد تميز النظام الغذائي للمصريين القدماء ببعض الصفات التي قللت من انتشار الضعف الجنسي، وهي:

١- استخدام الأعشاب كتوابل.

٢- الإكثار من تناول الأسماك والأغذية ذات الأصل النباتي من الحبوب والبقوليات.

٣- استخدام الفراعنة للثوم والملفوف وفول الصويا والزنجبيل والجزر والكرفس والخس والباذنجان والقرنبيط والكسبرة والجرجير ذو التأثير المقوي للجسم، ولقد احتفظ الفراعنة بها في مقابرهم.

التركيبة الفرعونية رقم ١:

عبارة عن مشروب لزيادة الغدد الجنسية:

١- حبة البركة ٢٠٠ جرام.

٢- الكرفس ١٠٠ جرام.

٣- الشمر ٤٠ جرامًا.

٤- جوز الطيب ٣٠ جرامًا.

٥- الزنجبيل ٣٠ جرامًا.

٦- السذاب ٣٠ جرامًا.

٧- القرنفل ١٠ جرامات.

طريقة الاستخدام:

تشرب ٣ مرات في اليوم قبل الأكل بنصف ساعة لمدة ٢١ يومًا.

التركيبة الفرعونية رقم ٢:

عبارة عن خلطة مقوية جنسية لدى قدماء المصريين:

١- عسل نحل ٣٠٠ جرام.

٢- غذاء ملكات النحل جرامان.

٣- حبة البركة ٦ جرامات.

٤- كرفس ٤ جرامات.

٥- بذور الشمر ٣ جرامات.

٦- بذور الشبت ٣ جرامات.

٧- القرنفل جرامان.

٨- السذاب جرامان.

طريقة الاستخدام: ملعقة كبيرة قبل كل وجبة لمدة لا تقل عن

٢٠ يومًا. استخدم المصريون الثوم في العديد من الوصفات المقوية، ومنها هذه الوصفة لإثارة الرغبة الجنسية.

الوصفة الفرعونية الأولى:

١- الثوم الطازج.

٢- الكسبرة.

٣- المضافان إلى النبيذ أو عصير العنب.

يعطي عقارًا ذا مفعول مسهل، ومثير للرغبة الجنسية.

الوصفة الفرعونية الثانية:

ضمادة أخرى منعشة، ومنشطة لترطيب الأوعية الدموية، والتغلب على الضعف الجنسي:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق سدر.

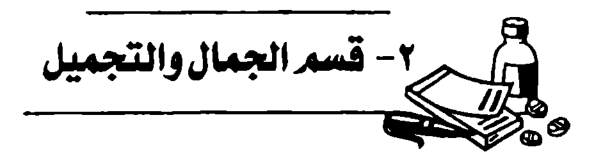
٢- أوراق سنط.

٣- عسل.

طريقة الاستخدام:

تطحن الأوراق في العسل، ويضمد به ذكر الرجل لمدة أربعة أيام.

* * *



٢- قسم الجمال والتجميل

الحمامات الشعبية للنظافة والعلاج والتجميل:

لعبت الحمامات بأنواعها المختلفة دورًا هامًا في حياة الشعوب منذ آلاف السنين، حيث كانت هذه الحمامات وسيلة هامة للنظافة، وتخفيف آلام الجسم، وتحقيق الراحة والهدوء؛ بحثًا عن الجمال، وكان الاستحمام في العصور القديمة له طقوس خاصة عرفها الفراعنة.

إن الفراعنة كانوا يستعملون حمامات الطمي، ودفن أجسامهم في الرمال الساخنة، وعرفوا فوائد حمامات البخار، وطرق العلاج المائي، واهتموا ببناء الكثير من الحمامات العلاجية التي يعتبر أشهرها حمام فرعون بصحراء سيناء، وحمام كليوباترا الذي لا يزال قائمًا في محافظة قنا، وحمامات العيون المعدنية في الصحراء الغربية، والواحات الداخلية، والمياه الكبريتية بحمامات حلوان، وعين الصيرة، وغيرها، وكانت لهم في ذلك عادات، وطقوس خاصة للاستحمام.

وصفات فرعونية للعناية بالشعر تعتمد على الحناء:

استخدم الفراعنة نبات الحنة للتجميل، وتخضيب الأيدي

والأرجل، وللعناية بالشعر.

وقد عثر على شعر مومياء مصبوغ بلون أحمر، وهي من الأسرة الثامنة عشرة، استخدمت للتلوين كما استخدمت أيضًا للتحنيط.

التركيبة الفرعونية رقم ٣:

الحناء الحمراء:

من أحدث تركيبات الأعشاب الطبيعية للعناية بالشعر مع الغذاء السليم المتوازن، وكانت تحتوي على:

١- حناء خام ٣٠ جرامًا.

٢- كركديه بودرة مطحون ٣٠ جرامًا.

٣- بودرة قرض السنط ٣٠ جرامًا.

٤- نبات فوة الصباغين ١٠ جرامات.

طريقة الاستخدام:

تعجن جيدًا في ماء مغلي، ويضاف إليها نصف كوب خل، وتوضع على الشعر لمدة ٦ ساعات على يومين.

التركيبة الفرعونية رقم٤:

الحناء الشقراء:

تستعمل للشعر الفاتح اللون، وتحتوي على:

١- حناء خام ٢٥جرامًا.

٢- كركم ٢٠ جرامًا.

٣- قرض السنط ٢٠ جرامًا.

٤- قشر الرمان ١٥ جرامًا.

٥- الكاموميل «البابونج» ١٠ جرامات.

٦- السنامكي ١٠ جرامات.

طريقة الاستخدام:

تخلط الكمية مطحونة، وتعجن في كمية مناسبة من الماء الدافئ، مع كوب زبادي، ويوضع على الشعر بعد غسله، وتجفيفه لمدة ٦ ساعات على يومين متتالين.

التركيبة الفرعونية رقم ٥:

الحناء السوداء:

للشعر الأبيض أو بعضه، وتتركب من:

١- حناء خام ١٥ جرامًا.

٢- بودرة نبات العفص ٣٥ جرامًا.

٣- بودرة ناعمة من قشر الرمان ٢٥ جرامًا.

٤- قرض السنط ٢٥ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

توضع على الشعر لمدة ٣ ساعات، ثم يشطف الشعر، ويدهن بتركيبة الزيت.

التركيبة الفرعونية رقم ٦ :

١- زيت الزيتون	٣٠ مل.
٢- زيت الخروع	٢٠ مل.
٣- زيت الجرجير	١٥مل.
٤- زيت جوز الهند	١٥ مل.
٥- زيت حبة البركة	١٥ مل.
٦- زيت الكاموميل	٥ مل.

طريقة الاستخدام:

تخلط هذه الزيوت، وترج جيدًا، وتستعمل دهانًا للشعر على الناشف مرة واحدة يوميًا، ويغسل الشعر كل يومين على الأقل.

وصفات فرعونية لجمال الشعر، ولمنع تساقط الشعر:

تعتبر هذه التركيبة من أفضل الزيوت المتسخدمة في علاج تساقط الشعر، فضلاً عن أنها تقوى وتغذي وتطول الشعر، وتمت تجربتها، وأثبتت نجاحها بالقياس العلمي.

التركيبة الفرعونية رقم ٧:

١- زيت برافين	parafin Oil	٦٠ مل.
٢- زيت بذرة الجرجير	Eraca Oil	٣٠ مل.
٣- زيت الخروع	Caster Oil	٣٠ مل.
٤- زيت الزيتون	Olive Oil	٣٠ مل.
٥- زيت اللوز	AImond Oil	٢٠ مل.
٦- زيت جوز الهند	Cocconut Oil	٢٠ مل.
٧- زيت حبة البركة	Nigella Oil	٢٠ مل.

وصفة فرعونية لتساقط الشعر رقم ١:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- التيل.

٢- الحنة.

طريقة الاستخدام:

يغلى، ثم يغمر في الزيت مع الهبو «الصناج»، وبعد ذلك يطحن الخليط حتى يصبح معجونًا، ويدهن به فروة الرأس.

وفي بردية إيبري ذكرت مجموعة من الزيوت النباتية لتقوية الشعر مكونة من:

وصفة فرعونية رقم ٢:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- زيت ميرنك.

٢- زيت تربنتين.

٣- خلة.

٤- نبات الأتل.

وصفة فرعونية رقم ٣:

وصفة لزيادة نمو الشعر:

١- تسحق ثمار الخروع إلى معجون ثم تغمر في الزيت.

طريقة الاستخدام:

تدلك المرأة شعرها بالخليط.

ووجد في بردية دهيرست دهان لإزالة الشعر.

وصفة فرعونية رقم ٤:

لإزالة الشعر، وتتكون من مقادير متساوية من:

١- لبن.

٢- جميز.

٣- صمغ.

وصفة فرعونية رقم ٥:

لعلاج التجاعيد، وتتكون من مقادير متساوية من:

١- صمغ اللبان.

٢- شمع.

٣- زيت اليسار.

٤- عشب حب العزيز.

طريقة الاستخدام:

يهرس جيدًا ثم يمزج بعصارة نباتية مخمرة، ويستخدم يوميًا.

وصفة فرعونية رقم ٦:

وصفة فاتحة للشهية الكرفس Cerely:

١- لحم سمين «مدهن» ٦ جرامات.

٢- ٥ ملاعق عصير عنب.

٣- زبيب أسمر ٦ جرامات.

٤- جميز ٦ جرامات.

٥- كرفس ٦ جرامات.

٦- ٢٥ ملعقة كبيرة من شراب شعير.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط ثم يصفى ويشرب لمدة أربعة أيام.

وصفة فرعونية رقم ٧:

وصفة لإزالة الرائحة التي تنبعث من جسد الرجل أو المرأة:

١- يشكل لب قرون الخروب المدشوش على صورة حبيبات صغيرة يدلك بها الجسم.

وصفة فرعونية رقم ٨:

لالتهابات الثديين:

١- بعض من الرجلة.

٢- بيضة.

٣- بعض الزيت.

طريقة الاستخدام:

يخلط ثم يدهن به الثديان.

وصفة فرعونية رقم ٩:

مرهم مهدئ لأعضاء الجسم:

١- ملعقة كحل.

٢- ملعقة شمع.

٣- ملعقة لبان.

٤- ملعقة قرفة.

٥- ملعقة مر يابس.

٦- ملعقة ودك ثور.

٧- ملعقة زيت البان حلو.

طريقة الاستخدام:

يستخدم ككمادة لمدة أربعة أيام.

وصفة فرعونية رقم ١٠:

وصفة مرهم منعش:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- زيت البان.

٢- ملح الوجه البحري.

٣- ودك الثور.

٤- لبان.

٥- حب العزيز.

طريقة الاستخدام:

تسحق في صورة معجون، وتستخدم كدهان.

وصفة فرعونية رقم ١١:

شجرة السدر «النبق»:

ضمادة لترطيب أصبع اليد أو القدم.

١- أوراق سنط	٢٥ جرامًا.
٢- أوراق سدر	٢٥ جرامًا.
٣- مغرة	٣ جرامات.
٤- مسحوق ملاخيت	٣ جرامات.
٥- لب بلح البحر	١٢ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

يطحن هذا الخليط، ويضمد به أصابع اليد أو القدم.

وصفة فرعونية رقم ١٢:

وصفة لعلاج الغدد تتكون من مقادير متساوية من:

١- بذور الخروع.

٢- صمغ الكثيراء.

٣- ملح.

٤- شيكوريا برية.

طريقة الاستخدام.

تطحن في صورة مسحوق ثم تستعمل ظاهريًا.

وصفة فرعونية رقم ١٣:

حشيشة البراغيث:

وصفة لطرد البراغيث من البيت:

١- تطحن حشيشة البراغيث مع الفحم النباتي ثم ترش في كل أرجاء البيت.

وصفة فرعونية رقم ١٤:

القنة، وصفة لطرد كل أنواع البق من المنزل:

١- قليل من الحلبينة «القنة».

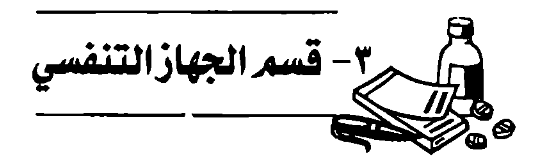
٢- قليل من رهج الغار «ملح سلفات الخارصين، وهو ذو لون أحمر برتقالي».

٣- قليل من ودك المعز.

طريقة الاستخدام:

يوضع الخليط على النار، يضاف حبات من ثمار نبات الغار ثم يغمر الخليط في الماء حتى يذوب بعد ذلك ويرش المنزل به.

أمراض الجهاز التنفسي عند الفراعنة



عرف الفراعنة الجهاز التنفسي ووظائفه وأمراضه، وأوجدوا العلاقة بينه وبين الجهاز الهضمي، ويقول العالم «أدوين سميث»: إن هناك علاقة بين الرئة والمعدة، وإن القيء عند الأطفال ينتج عن تراكم البلغم في القصبة الهوائية حيث ينزل إلى المريء ثم إلى المعدة ثم يحدث القيء وأحيانًا الإسهال، ويرجع سبب النزلات المعوية إلى أن البلغم يحتوي على بكتيريا وميكروبات أخرى، تتسلل إلى الأمعاء، وتحدث نزلات معوية تسبب الإسهال والقيء مع ارتفاع في درجة الحرارة، السعال هو عرض من أعراض أمراض الرئة والجهاز التنفسي.

الوصفة الفرعونية رقم ١:

تعد هذه الوصفة من أنجح الوصفات التي تستخدم في علاج الأزمات التنفسية.

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عسل النحل.

٢- اللبان.

الوصفة الفرعونية رقم ٢:

١- الحنظل.

٢- العرعر.

٣- الكرفس.

٤- زيت الهجليج.

٥- تمر العرب «بلح حلايب».

وأيضا هناك مجموعة من الوصفات لعلاج حساسية الصدر والأزمات التنفسية منذ عهد الفراعنة.

الوصفة الفرعونية رقم ٣:

في بردية إيبرس:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- الحنظل وعسل النحل.

٢- بودرة التمر «بالفم».

٣- خميرة وصمغ شجرة السنط.

٤- التين والكمون وقرض السنط وسنامكي مع عسل النحل.

الوصفة الفرعونية رقم ٤:

لعلاج الأمراض التنفسية وتقوية المناعة:

١- الزعتر ٤٠ جم.

٢- الكسبرة ٤٠ جم.

٣- الحلبة المطحونة ٤٠ جم.

٤- حبة البركة ٤٠ جم.

٥- الشبت ٣٠ جم.

٦- القرفة ٣٠ جم.

٧- القرنفل ٢٠ جم.

طريقة الاستخدام:

تخلط الكمية على بعضها «مسحوق»، وتؤخذ ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتحلى بالعسل، وتشرب بعد الأكل ٣ مرات يوميًا لمدة شهر.

الوصفة الفرعونية رقم ٥:

وصفة لعلاج الصدر:

١- لب قرون الخروب ٦ جرامات.

٢- كمون ٢٥ جرامًا.

٣- عصير عنب.

طريقة الاستخدام:

يغلى ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية رقم ٦ :

لطرد البلغم وتطهير الشعب الهوائية:

١- الكراوية ٤٠ جرامًا.

٢- العرقسوس ٤٠ جرامًا.

٣- زيت حبة البركة ٤٠ جرامًا.

٤- قرض السنط ٣٠ جرامًا.

٥- القرفة ٣٠ جرامًا.

٦- الحلبة ٣٠ جرامًا.

٧- لبان ذكر ٢٠ جرامًا.

٨- المر ١٠مل.

طريقة الاستخدام:

تطحن الأعشاب بصورة مسحوق، وتخلط جميعها، وتؤخذ ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتحلى بعسل النحل، ويضاف إليها زيت حبة البركة، ويؤخذ كوب ٣ مرات في اليوم، قبل الأكل لمدة شهر.

الوصفة الفرعونية رقم ٧ :

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق السنط.

٢- عسل.

٣- ماء شعير.

يستخدم على هيئة مشروب.

الوصفة الفرعونية رقم ٨ :

لتهدئة السعال:

١- لبن رائب.

٢- كمون

طريقة الاستخدام:

يخلطان مع العسل ثم يأكل منه المريض لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية رقم ٩ :

لعلاج السعال:

١- عصارة نباتية سبق تخميرها. ٢٥ جرامًا.

٢- زيت أو شحم ٢٥ جرامًا.

٣- ماء شعير ٢٥ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

يوضع الخليط في وعاء، ويغلى ثم يضاف إلى الخليط خس مهروس، وآس، وعندما يغلي الخليط يصفى، ويعطى للمريض كمشروب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية رقم ١٠:

لعلاج سعال الأطفال:

١- ملح مهروس يطحن في مقدارين من الحليب يعطى للطفل ليشربه.

الوصفة الفرعونية رقم ١١:

وصفة أخرى لعلاج السعال:

١- خسة واحدة.

٢- ماء شعير.

٣- زيت أو شحم مقدار واحد.

٤- آس مقدار واحد.

٥- عصارة نباتية سبق تخميرها مقدار واحد.

طريقة الاستخدام:

يجمع الخليط، ويعطى للمريض ليشربه لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية رقم ١٢:

لعلاج السعال:

١- ٥ ملاعق دقيق حبوب الإيمر.

٢- ٥ ملاعق ودك الوز.

٣- ٥ ملاعق عسل.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط ثم يؤكل لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية رقم ١٣:

وصفة أخرى لعلاج السعال:

١- بذور إيمر جافة.

٢- ماء شعير.

توضع في إناء ساخن، وتحول إلى شريحة، يؤكل منها لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية رقم ١٤:

وصفة شراب سريع لعلاج الرئة:

١- مغرة ٤ جرامات.

٢- صمغ ٤ جرامات.

٣- عسل ١٢ جرامًا.

٤- تين ١٢ جرامًا.

٥- ماء ٢٥ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

يترك طوال الليل في الندى، ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية رقم ١٥:

وصفة للقضاء على الربو:

١- تين ١٢ جرامًا.

٢- ثمار لبخ ١٢ جرامًا.

٣- جميز مشقوق ١٢ جرامًا.

٤- لبان ١٢ جرامًا.

٥- كمون ٢ جرامًا.

٦- حب العرعر ٢ جرامًا.

٧- ملعقة عصير عنب.

٨- ودك الوز ١٢ جرامًا.

٩- ٥ ملاعق كبيرة ماء شعير.

طريقة الاستخدام:

تطحن جيدًا وتخلط ثم تشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية رقم ١٦:

وصفة لعلاج العطاس:

١- عصارة بلح.

طريقة الاستخدام:

يملأ بها فتحة الأنف.

الوصفة الفرعونية رقم ١٧:

وصفة لمن يبصق الدم:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- دقيق الشعير.

٢- دقيق القرطم.

٣- الكادميوم.

٤- عنب الحية.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط حتى يصبح عصيرًا، ويشرب المريض من العصير بقدر ما يستطيع.

الوصفة الفرعونية رقم ١٨:

وصفة أخرى لمن يبصق الدم:

١- ٢ ملعقة من أوراق السنط.

٢- ملعقة من قشر الرمان.

٣- ملعقة من ثمار البندق.

٤- ٢ ملعقة شيكوريا.

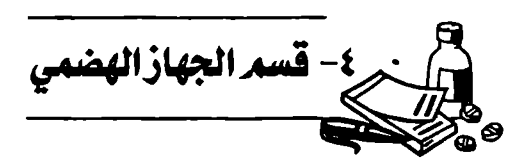
٥- ملعقة شمر بري.

٦- ٦ ملاعق من القرطم.

طريقة الاستخدام:

يطحن الخليط جيدًا ثم يخلط مع العسل، ويأكل المريض أكبر كمية ممكنة.

* * *



٤- قسم الجهاز الهضمي

الإمساك:

عُرف الإمساك منذ قديم الزمان، وقد عالجه الفراعنة باستخدام زيت الخروع والسنامكي، ولا تزال زراعة نبات الخروع والسنامكي من الزراعات الشهيرة بمصر القديمة والحديثة، وقد ربط الطب الفرعوني بين المخ والجهاز الهضمي وأمراض أخرى مثل القولون وقرحة المعدة.

كيف عالج الفراعنة الإمساك المزمن؟

عالج الفراعنة الإمساك المزمن بالعديد من الوصفات، ولعل أبرزها هاتان الوصفتان:

الوصفة الفرعونية الأولى:

مضغ بذور الخروع ثم عمل مشروب منه.

تتكون من مقادير متساوية من:

١- زيت الخروع.

٢- الجميز.

٣- عسل النحل.

الوصفة الفرعونية الثانية:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- الكمون المغلي.

٢- اللبن.

٣- السنامكي مع العسل.

الوصفة الفرعونية الثالثة:

وصفة من اللوبيا لعلاج الإمساك «حقنة شرجية»:

١- ٢,٥ ملعقة طحين اللوبيا ينخل.

٢- ٢٠ ملعقة ماء.

طريقة الاستخدام: يغلى، ويعطى للمريض في صورة حقنة شرجية، وسوف يكون له أثر فوري.

الوصفة الفرعونية الرابعة:

وصفة أخرى من اللوبيا لعلاج الإمساك «حقنة شرجية»:

١- جريش اللوبيا ٤ جرامات.

٢- ملح ٤ جرامات.

٣- ٢,٥ ملعقة كبيرة زيت أو دهن.

٤- عسل ٢٥ جرامًا.

٥- ٢٥ ملعقة كبيرة ماء شعير.

طريقة الاستخدام: يغلى، ويؤخذ حقنة شرجية لمدة ٤ أيام.

الوصفة الفرعونية الخامسة :

وصفة لتنظيف البطن، ولعلاج آلام البطن:

١- ثمار الخروع تمضغ ثم تبلع مع ماء الشعير.

طريقة الاستخدام : تعمل كمسهل قوى.

الوصفة الفرعونية السادسة :

وصفة لعلاج الإمساك من الخروع:

١- يوضع القليل من ثمار الخروع مع ماء الشعير.

الوصفة الفرعونية السابعة :

وصفة ملينة للأمعاء:

١- ٢,٥ جزء عصير بلح أخضر.

٢- ١ جزء رمان مر.

٣- ٥ أجزاء سكر.

طريقة الاستخدام: يعمل شراب ملين خفيف للأمعاء.

الوصفة الفرعونية الثامنة :

لعلاج الإمساك:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- خبز زيزفون.

٢- بطيخ.

٣- ماء شعير.

٤- عصير عنب.

طريقة الاستخدام: تخلط حتى تصبح معجونًا، ويستخدم المعجون كضمادة.

الوصفة الفرعونية التاسعة:

وصفة لعلاج الإمساك من التين:

١- تين	١٢ جرامًا.
٢- لبن	٦ جرامات.
٣- جميز	١٢ جرامًا.

طريقة الاستخدام: يترك طوال الليل في مقدار ١٠ ملاعق ماء شعير ثم يصفى، ويشرب منه المريض؛ فيشفى في الحال.

الوصفة الفرعونية العاشرة:

وصفة لعلاج البطن:

١- تين ٣ جرامات.

٢- ملح من الوجه البحري ١٢ جرامًا.

٣- خبز طازج.

٤- ٢٥ ملعقة كبيرة ماء شعير.

طريقة الاستخدام: يغلى الخليط ثم يصفى، ويؤخذ كمشروب لمدة يوم.

الوصفة الفرعونية الحادية عشرة:

وصفة لعلاج الإمساك: تتكون من مقادير متساوية من:

١- حبة العرعر.

٢- عسل.

٣- ماء شعير.

طريقة الاستخدام: يصفى الخليط، ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثانية عشرة:

وصفة لعلاج الانتفاخات في البطن:

١- جميز	١٢ جرامًا.
٢- ثمار لبخ	١٢ جرامًا.
٣- زبيب أسمر	١٢ جرامًا.
٤- ثمار جميز مشقوقة	١٢ جرامًا.
٥- عنب الحية	١٢ جرامًا.
٦- مغرة	٣ جرامات.
٧- ماء ولبان	٣ جرامات.

طريقة الاستخدام:

يحفظ الخليط طوال الليل معرض للندى، ثم يشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثالثة عشرة:

وصفة أخرى للانتفاخات في البطن:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عصير عنب طازج.

٢- ثمار جميز ناضجة مشقوقة.

طريقة الاستخدام: يخلط ويؤكل ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الرابعة عشرة:

وصفة أخرى لإفراغ الجوف:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- لبن بقري.

٢- ثمار جميز ناضج مشقوقة.

٣- عسل.

طريقة الاستخدام: تطحن طحنًا جيدًا ثم تغلى، وتشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الخامسة عشرة:

وصفة من العرعر لعلاج ولطرد القيح من الجوف:

١- ثمار جميز مشقوقة ١٢ جرامًا.

٢- عنب ١٢ جرامًا.

٣- ثمار لبخ ١٢ جرامًا.

٤- لبان ٢ جرام.

٥- كمون ١٢ جرامًا.

٦- حب العرعر ٦ جرامات.

٧- ودك الوز ٦ جرامات.

٨- ٢٥ ملعقة كبيرة ماء شعير.

طريقة الاستخدام: يصفى الخليط ثم يغلى، ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية السادسة عشرة:

وصفة من الكمون لعلاج آلام الجوف:

١- كمون ٢ جرام.

٢- ودك الوز ١٢ جرامًا.

٣- ٢٠ ملعقة حليب.

طريقة الاستخدام: يغلى الخليط ثم يصفى، ويتناوله المريض.

الوصفة الفرعونية السابعة عشرة:

وصفة لعلاج السخونة في المعدة:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- حبوب أيمر مقدار واحد.

٢- حنطة مسلوقة مقدار واحد.

٣- جريش قمح مقدار واحد.

٤- دقيق شعير مقدار واحد.

٥- آس مقدار واحد.

٦- عسل مقدار واحد.

طريقة الاستخدام: يجمع المخلوط، ويحول إلى عجينة.

الوصفة الفرعونية الثامنة عشرة:

وصفة من البان أو اليسار لعلاج المعدة:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عسل.

٢- زيت البان «اليسار».

٣- لبان.

٤- عصير عنب طازج.

طريقة الاستخدام: تخلط وتعجن ثم تغلى وتؤكل.

والوصفة الفرعونية التاسعة عشرة:

وصفة لعلاج آلام المعدة:

١- زيت البان ٢٥ جرامًا.

٢- ملعقة كبيرة عصارة نبات متخمرة.

طريقة الاستخدام: تستخدم في حقن الشرج لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية العشرون:

وصفة لآلام المعدة اللاإرادية:

شراب يتكون من مقادير متساوية من:

١- الكسبرة.

٢- كف مريم.

٣- عنب الحية.

٤- ماء شعير.

طريقة الاستخدام: يستخدم كشراب

الوصفة الفرعونية الواحدة والعشرون:

وصفة ملينة للأمعاء من العنب:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عصير عنب.

٢- عسل.

٣- ريزومات حب العزيز.

طريقة الاستخدام: تعصر المكونات وتصفى ثم تشرب لمدة يوم واحد.

الوصفة الفرعونية الثانية والعشرون:

وصفة لعلاج الانتفاخ والغازات:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- كمون.

٢- فلفل.

٣- فيجن.

٤- خردل.

٥- نطرون عربي.

٦- عسل.

طريقة الاستخدام: يطحن جيدًا ثم يأكله المريض.

الوصفة الفرعونية الثالثة والعشرون:

وصفة لعلاج البطن:

١- يطحن جذر رمان	٢٥ جرامًا.
٢- لبان	١٢ جرامًا.
٣- خس	٦ جرامات.
٤- عرعر حب	٦ جرامات.
٥- خبز	١٢ جرامًا.

٦- ٤٥ ملعقة ماء شعير.

طريقة الاستخدام: يصفى الخليط، ويشرب لمدة أربعة أيام.

* * *

أمراض الشـــــرج

امـراض الشـرج وعلاجهـا، وعـلاج الـبطن والشـرج، وعـلاج نزيـف الشـرج، وعـلاج سـقوط الشـرج، ويكـون العـلاج في صـورة شراب سائل ودهان.

كيف عالجها الفراعنة؟..

ذكر العـالم «إدويـن سميـث» أنـه إذا اشـتكى إنسـان مـن ألم في الشرج سواء أكان جالسًا أو واقفًا، وشـعر بـبعض الآلام في سـاقيه؛ فيجب أن يأخذ مرهمًـا للشـرج، ولقـد ثبـت أن المصـريين القـدماء أمكنهم التعرف علـى نزيـف البواسـير الـذي يحـدث مـن الأوعيـة الدموية التي تبطن الشرج.

وذكر «إيبرس» أن نزيف الأمعاء يمكن أن يخرج الدم من الشـرج أو من الفم، وأن هناك علاقة بين آلام البطن، وإصابات فتحة الشرج.

كمـا وضـعوا ٦٠ عقـارًا لعـلاج أمـراض الشـرج «داخليًّـا وخارجيًّا»، ومنها:

الوصفة الفرعونية الخامسة والعشرون:

تتكون من مقادير متساوية من:

١ – المر.

٢- العسل.

٣- صمغ السنط.

٤- الحنظل.

٥- الجميز.

طريقة الاستخدام:

مرهم يخلط، ويستخدم دهان للشرج.

الوصفة الفرعونية السادسة والعشرون:

لعلاج الخراريج في الشرج:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- نبات العرعر.

٢- زيت بلح حلايب.

٣- الملح.

طريقة الاستخدام:

يخلط، ويستخدم مرهم للشرج.

استخدم الفراعنة الدهانات الموضعية، والمراهم، وتذكر البرديات هذه الوصفة:

الوصفة الفرعونية السابعة والعشرون:

مرهم مركب يتكون من مقادير متساوية من:

١- المر.

٢- زيت اللوز.

٣- زيت الكرفس.

٤- زيت الكسبرة.

الوصفة الفرعونية الثامنة والعشرون:

وصفة لعلاج البطن والشرج:

١- ريزومات عنب الحية ١٢ جرامًا.

٢- ماء شعير ١٢ جرامًا.

٣- عسل ٦ جرامات.

٤- لبان ٦ جرامات.

٥- حب العرعر ٦جرامات.

٦- ٥ ملاعق زبيب كبيرة.

٧- ثمار لبخ ١٢ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

تحفظ طوال الليل في الندى ثم تصفى في الصباح، ويشرب الدواء كل يوم.

الوصفة الفرعونية التاسعة والعشرون:

وصفة حقنة شرجية لتخفيف آلام الشرج:

١- ٢,٥ ملعقة عسل كبيرة.

٢- ٥ ملاعق زيت البان كبيرة.

٣- ٢٠ ملعقة عصارة نبات متخمرة كبيرة.

٤- ملح الوجه البحري ٦ جرامات.

طريقة الاستخدام:

يستخدم الخليط في حقن الشرج لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثلاثون:

وصفة لعلاج حرارة الجوف، وعلاج آلام الشرج.

تتكون من مقادير متساوية من:

١- غشاء أطراف الكتان.

٢- عصير نباتي متخمر.

طريقة الاستخدام:

يوضع الخليط على شرج المريض.

الوصفة الفرعونية الواحدة والثلاثون:

وصفة لتسكين التهاب الشرج من الخطمية:

١- مسحوق الحنظل ٣ جرامات.

٢- العسل ٢ جرام.

٣- ٥ ملاعق ماء كبيرة.

طريقة الاستخدام:

يصفى ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثانية والثلاثون:

كمادات للشرج بعد الحقنة الشرجية:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- مر.

٢- ودك الوز.

٣- كمون.

٤- لبان.

٥- عسل.

طريقة الاستخدام:

تخلط المكونات جيدًا، وتستعمل ككمادة حتى يشفى المريض.

الوصفة الفرعونية الثالثة والثلاثون:

وصفة لعلاج آلام الجانب الأيسر من البطن:

١- تين ٣٠ جرامًا.

٢- ثمار لبخ ٢ جرام.

٣- ٢,٥ ملعقة ينسون كبيرة.

٤- ٢,٥ ملعقة عنب كبيرة.

٥- لب قرون الخروب. ١٢ جرامًا.

٦- صمغ ٣ جرامات.

٧- مغرة ٣ جرامات.

٨- ٢٠ ملعقة ماء كبيرة.

طريقة الاستخدام:

يعرَّض الخليط للندى طوال الليل، ثم يشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الرابعة والثلاثون:

وصفة لعلاج الشرج:

١- ملعقة عصارة قرون خروب.

٢- عسل ١٢ جرامًا.

٣- شمع ٦ جرامات.

٤- ودك الوز ١٢ جرامًا.

٥- ٢٥ ملعقة ماء كبيرة.

طريقة الاستخدام:

يترك في الندى طوال الليل، ثم يشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الخامسة والثلاثون:

وصفة لعلاج الشرج:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- بسلفات النحاس.

٢- أوراق البصل.

٣- يوفوربيا مشوية.

٤- أوراق خطمية.

طريقة الاستخدام:

تطحن المكونات مع زيت الورد ثم يدهن بها الشرج.

الوصفة الفرعونية السادسة والثلاثون:

وصفة لتبديد الشرج، وتسكين آلامه:

١- ٥ ملاعق عنبر.

٢- ٥ ملاعق من ثمار عنب الحية.

٣- خروب ٣ جرامات.

٤- ماء ٦ جرامات.

طريقة الاستخدام:

يصفى الخليط ثم يشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية السابعة والثلاثون:

وصفة لعلاج التقلصات:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- دقيق الشعير.

٢- دوك الثور.

٣- زيت البان.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط ثم يعطى للمريض ليأكله.

علاج البواسير

مرهم مكون من:

الوصفة الفرعونية الثامنة والثلاثون:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- الحنظل.

٢- خلاصة قرض السنط.

٣- مرهم النطرون.

٤- المر.

٥- نبات العرعر.

٦- زيت الكمون.

والأخير علاج فعال ضد البواسير بدون جراحة «ومجرب».

وفي دراسة أجريت بالمركز القومي للبحوث بمصر أثبت هذا العلاج نجاحًا باهرًا في التخلص من البواسير، وهي دعوة لمزيد من البحث والدراسة، علمًا بأن هذا الدواء منذ أكثر من ١٥٠٠ سنة، وهي وصفة مكونة من ٩ مواد، وهي:

التركيبة الفرعونية الأولى:

١- لانولين Lanolin ٢٠٠ جرام.

٢- عسل نحل Honey ١٠٠ جرام.

٣- فازلين Vasline ١٠٠ جرام.

٤- جليسرين Glycerine ٣٠ جرامًا.

٥- قشرة الرمانpomegranate powder ٣٠ جرامًا.

٦- مر بطارخ Myrh ٢٠ جرامًا.

٧- قرض السنط Acacia powfer ٢٠ جرامًا.

٨- زيت الكسبرة Corriender Oil ٢٠ مل.

٩- زيت الخروع Caster Oil ٢٠ مل.

طريقة الاستخدام:

تستعمل كدهان مرة قبل النوم مع ملاحظة أن المرضى الذين يعانون من الإمساك يجب أن يتناولوا ١/٤ ملعقة من مطحون نبات السنامكي على كوب ماء مغلي، ويحلى بالعسل أو ملعقة زيت زيتون على الريق.

وهذه التركيبة تجمع بين العلاج الفرعوني والعلاج الحديث من الأعشاب الطبيعية، وتعد من أنجح أدوية البواسير دون جراحة.

التهاب الزائدة الدودية عند قدماء المصريين

عثرت البعثات الأثرية على مومياء مصرية بها التصاقات للزائدة الدودية عظام الحوض لسيدة صغيرة من العصر البيزنطي في النوبة والعلاج الفرعوني.

الوصفة الفرعونية التاسعة والثلاثون:

تتكون من مقادير متساوية من:

شراب مكون من:

١- التين.

٢- اللبن.

٣- ثمار الجميز.

طريقة الاستخدام:

تنقع لمدة ليلة ثم تشرب، ويستخدم هذا الدواء في حالة التهاب الزائدة الدودية وحصيات المرارة.

البلهارسا، الديدان المعوية والدوسنتاريا والبلهارسيا أيضًا:

عرف الفراعنة (الطفيليات) ديدان الأمعاء والدوسنتاريا وأيضًا البلهارسيا؛ فهو مرض قديم من عصر الفراعنة، فقد كشفت البعثات الأثرية مومياء فرعونية ترجع إلى ١٥٠٠ سنة ق.م بداخلها بويضات

البلهارسيا، ومن دراسة العالم «روفر» في علم الأمراض القديمة أنه تمَّ العثور أثناء فحص كليتين لمومياوتين ترجعان إلى الأسرة العشرين على عدد كبير من بويضات «البلهارسيا هيما توبيا» المتحوصلة في الحالب.

وهاتان الكليتان وجدتا في حالة انكماش تام، وأوضح الفحص الميكوسكوبي لعينة من حصوة بولية ترجع إلى عصر ما قبل الأسرات أنها تتكون من ترسيبات عضوية، ومغلفة بمادة هيماتوزيلون.

وقد شخص الفراعنة أعراض هذه الأمراض كما يلي:

١- نزف دموي مع البول أو البراز.

٢- آلام بالبطن، أنيميا وفقر دم.

٣- آلام الظهر.

٤- اضطرابات القلب، وكثرة النسيان، وضعف الذاكرة.

٥- آلام تتأثر بها فتحة الشرج والمستقيم.

٦- دوسنتاريا وإسهال.

الوصفة الفرعونية الأربعون:

لعلاج الطفيليات والبلهارسيا والديدان المعوية:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- الحلة البلدي.

٢- نبات السكران المصري.

٣- نبات العرعر.

٤- ملح النطرون.

٥- جذور شجرة الرمان المغلية.

٦- كرفس.

طريقة الاستخدام:

ملعقة صغيرة من مطحون الأعشاب على كوب ماء دافئ ٣ مرات في اليوم قبل الأكل.

الوصفة الفرعونية الواحدة والأربعون:

وصفة لعلاج الديدان الشريطية:

١- ٥ ملاعق حب العرعر.

٢- ٥ ملاعق زيت أبيض.

طريقة الاستخدام:

يشرب لمدة يوم واحد.

الوصفة الفرعونية الثانية والأربعون:

وصفة لمعالجة الديدان المعوية:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- الرجلة.

٢- اللبن البقري.

٣- العسل.

طريقة الاستخدام:

يخلط جيدًا ثم يأخذ المريض يوميًا ملء إبريق من الخليط لمدة ٣ أيام، ويغلى أولاً.

الوصفة الفرعونية الثالثة والأربعون:

وصفة لعلاج الديدان المستديرة من الرمان:

١- ٥ ملاعق جذر رمان.

٢- ١٠ ملاعق ماء.

طريقة الاستخدام:

يعرّض الخليط للندى طوال الليل ثم يشرب لمدة يوم واحد.

الوصفة الفرعونية الرابعة والأربعون:

وصفة لطرد الديدان من الجوف.

تتكون من مقادير متساوية من:

١- خس.

٢- كف مريم.

٣- متخمر عصير نباتي.

طريقة الاستخدام:

تخلط المكونات ثم تؤكل.

الوصفة الفرعونية الخامسة والأربعون:

وصفة دواء لقتل الديدان الأسطوانية من الشعير:

١- ٥ ملاعق كبيرة شعير الوجه القبلي.

٢- ٢,٥ ملعقة كبيرة ملح من الشمال.

٣- ١٠ ملاعق كبيرة ماء.

طريقة الاستخدام:

يحفظ الخليط في الندى طوال الليل، وفي الصباح يصفى، ويشرب لمدة يوم واحد.

الوصفة الفرعونية السادسة والأربعون:

وصفة أخرى لقتل الديدان:

١- نوى بلح ١٢ جرامًا.

٢- لب قرون الخروب ١٢ جرامًا.

٣- ٢٥ ملعقة كبيرة ماء شعير.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط ثم يصفى ويشرب.

الوصفة الفرعونية السابعة والأربعون:

وصفة للقضاء على الدود من شجرة السنط:

تتركب من:

١- أوراق شجر السنط في دورق به ماء، وتترك مغطاة طوال الليل بقطعة من القماش.

طريقة الاستخدام:

تطحن في هاون حجري حتى تتعجن في الصباح الباكر، ثم يسقى المريض، وبعدها يحك أنفه حتى يتمخط.

الوصفة الفرعونية الثامنة والأربعون:

وصفة للقضاء على الديدان:

١- ١ ثمار جميز يابسة

طريقة الاستخدام:

تقطع قطعًا صغيرة، وتوضع في منقوع ماء شعير ثم يشربها المريض.

الوصفة الفرعونية التاسعة والأربعون:

لعلاج وطرد الديدان:

١- قرون خروب غضة «اللب» ١٢ جرامًا.

٢- مغرة حمراء «أكسيد حديديك» ٢ جرام.

٣- ملعقتان ونصف عصارة نباتية متخمرة.

٤- زيت أبيض ١٢ جرامًا.

٥- ٢٥ ملعقة كبيرة ماء شعير.

طريقة الاستخدام:

تغلى ثم يتناولها المريض.

الوصفة الفرعونية الخمسون:

عقار طارد لديدان الأمعاء من الخروب:

١- ملعقة بذور الخروب.

٢- ملعقة حليب.

٣- ملعقة عسل.

٤- ملعقة ريزومات حب العزيز.

٥- ملعقة عصير عنب.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط ثم يصفى، ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الواحدة والخمسون:

وصفة فرعونية طاردة للديدان من الأفسنتين:

١- ٥ ملاعق من أوراق حامول.

٢- ٥ ملاعق أفسنتين.

٣- ٢٠ ملعقة ماء شعير.

طريقة الاستخدام:

تطحن معًا وتصفى وتشرب

الوصفة الفرعونية الثانية والخمسون:

وصفة فرعونية أخرى طاردة للديدان من الأفسنتين:

١- ملعقة أفسنتين.

٢- ملعقة ضد قوق.

٣- ملعقة عصارة نباتية مخمرة.

طريقة الاستخدام:

يؤكل الخليط، وسوف يطرد كل الديدان من جوف المريض.

الوصفة الفرعونية الثالثة والخمسون:

وصفة علاج لإيقاف الإسهال:

١- لب قرون خروب غضة ١٢ جرامًا.

٢- عصيدة حديثة ١٢ جرامًا.

٣- زيت أو دهن ملعقة كبيرة.

٤- عسل ٢٥ جرامًا.

٥- شمع ٦ جرامات.

٦- ٢٥ ملعقة كبيرة ماء.

طريقة الاستخدام:

يغلى ويؤكل لمدة أربعة أيام.

التركيبة الفرعونية الثانية:

دراسات حديثة مبنية على طب الفراعنة للقضاء على الطفيليات في الأمعاء والدم والبلهارسيا وجميع أنواع الديدان، وهي عبارة عن:

١- جذور الرمان pomegranate ٣٠ جرامًا.

٢- الكرفس Celery ٣٠ جرامًا.

٣- الخلة البلدي Ammi Visnaga ٣٠ جرامًا.

٤- الدمسيسة Ambrosia ٣٠ جرامًا.

٥- حبة البركة Nigella Sativa ٢٠ جرامًا.

٦- الشيح الجبلي Artemisia Herba Alba ٢٠ جرامًا.

٧- العرقسوس Liquorica ٢٠ جرامًا.

٨- القرفة Cinnamom ١٠ جرامات.

٩- قشر الكينا Cinehona ١٠ جرامات.

١٠- مر البطارخ Myrh ١٠ جرامات.

طريقة الاستخدام:

تخلط الأعشاب وتطحن مع بعضها جيدًا، ويستخدم ٣ مرات في اليوم؛ ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتحلى بعسل النحل،.وتصفى وتشرب قبل الإفطار والغداء والعشاء فترة العلاج لمدة لا تقل عن ١٥ يومًا، وقد ثبتت حديثًا أن هذه التركيبة تقضي على الدودة الشريطية، وتمَّ تسجيلها بأكاديمية البحث العلمي المصرية.

وأهم ما يجب أن نوضحه هو أن الفراعنة أول من عرفوا برامج التنظيف الداخلي، وذلك منذ ١٥٠٠ سنة ق. م حسب ما يقوله

المؤرخ «هيرودوت» عن قدماء المصريين: «كان المصريون القدماء يفرغون بطونهم - ما في أمعائهم - بالقيء أو الإسهال على ثلاثة أيام كل شهر؛ لأن اعتقادهم السائد أن المرض يأتي من تراكم الطعام في الأمعاء، ولذلك كانوا أصحاء».

وتقول الحكمة: «المعدة حوض البدن، والعروق إليها واردة؛ فإذا صحت المعدة صدرت العروق بالصحة، وإذا فسدت المعدة صدرت العروق بالسقم».

وهي دعوة لإجراء نظافة شهرية للمعدة والأمعاء لكي تتمتع بالصحة والعافية بإذن الله.

الدوسنتاريا عند قدماء المصريين

الدوسنتاريا:

هو مرض طفيلي تسببه بكتيريا لا هوائية يطلق عليها «إنتاميبا هستوليتكا» أو بكتيريا «شيجيللا» أو من البلهارسيا المعوية أو الديدان، وتحدث التهابًا في الأمعاء الغليظة.

وكل هذه الأسباب عرفت حديثًا باستخدام الميكروسكوب، وتمَّ علاجها قديمًا باستخدام:

الوصفة الفرعونية الرابعة والخمسون:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عسل النحل النقي.

٢- زيت الكسبرة.

التركيبة الفرعونية الثالثة:

لعلاج الطفيليات والديدان المعوية.. فقد قام المركز القومي للبحوث بمصر بعمل تركيبة حديثة بناء على ما تركه القدماء المصريون في بردياتهم، وهي:

١- كسبرة Coriener ٤٠ جرامًا.

٢- قشرة الرمان pomegranate ٤٠ جرامًا.

٣- عسل النحل Honey ٣٠ جرامًا.

٤- قرفة Cinnaomom ٣٠ جرامًا.

٥- مر بطارخ Myrh ٢٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

تخلط الأعشاب مع بعضها، وتحلى بالعسل، ويؤخذ ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتشرب قبل الأكل ٣ مرات.

أمراض الكبد
عند المصريين القدماء وكيفية علاجها

عرف المصريون القدماء التهابات الكبد وأمراضه، وأشهر هذه الأمراض ما يسمى بالتهاب الكبد الاستوائي، ولم يكن الالتهاب الكبدي الوبائي «سي، بي» وغيرهما، معروفًا لديهم، ولكن هناك علاج كان يتمثل في إعطاء المريض مليِّنًا مثل السنامكي، والوصفة الآتية، وهي عبارة عن:

الوصفة الفرعونية الخامسة والخمسون:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- نبات العرعر.

٢- أوراق نبات اللوتس.

٣- أوراق السدر.

٤- الحنظل.

وفي دراسة قام بها المركز القومي للبحوث بمصر عن علاج أمراض الكبد ثبت فاعليتها.

التركيبة الفرعونية الرابعة:

من أعشاب الفراعنة، وبعض الأعشاب الحالية، وهي تجمع بين

الطب الفرعوني والطب الحديث لعلاج أمراض الكبد:

١- عسل نحل	Hony	٥٠ جرامًا.
٢- حبة البركة	Nigrilla Sativa	٤٠ جرامًا.
٣- بابونج «الكاموميل»	Matricaria Chamomilla	٤٠ جرامًا.
٤- البقدونس	parselly	٤٠ جرامًا.
٥- الشمر	Fennel	٤٠ جرامًا.
٦- نعناع فلفلي	peperimint	٣٠ جرامًا.
٧- الشبت	Dill	٣٠ جرامًا.
٨- الكسبرة	Coriender	٣٠ جرامًا.
٩- الزعتر	Thymys	٢٠ جرامًا.
١٠- الكمون	Cumin	٢٠ جرامًا.
١١- القرفة	Cinnamom	٢٠ جرامًا.
١٢- ورق العنب	Vitis Venefer	٢٠ جرامًا.
١٣- عرقسوس	Liquorice	٢٠ جرامًا.
١٤- الحلبة	Fenugreck	٢٠ جرامًا.
١٥- الشيكوريا «السريس»	Cichory	٢٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

تخلط جميع الأعشاب، وتؤخذ ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتحلي بعسل النحل، وتشرب بعد الأكل مرتين يوميًا لمدة شهر، وتلعب هذه الأعشاب دورًا فعالاً في تحسين وظائف الكبد، والزيادة الطبيعية للجسم حيث يقوم الكبد بإنتاج أجسام مضادة وخلايا دفاعية تهاجم أي ميكروب سواء أكان بكتيريا أو فيروسات، وتقضي عليها.

التركيبة الفرعونية الخامسة:

١- أزهار لوتس ١٢ جرامًا.

٢- ٢٠ ملعقة عصير عنب كبيرة.

٣- مسحوق السدر ١٢ جرامًا.

٤- تين ١٢ جرامًا.

٥- حليب ٦ جرامات.

٦- عرعر حب ٦ جرامات.

٧- لبان ٦ جرامات.

٨- ٢٠ ملعة كبيرة ماء شعير.

طريقة الاستخدام:

يترك الخليط في الندى طوال الليل، وفي الصباح يشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية السادسة والخمسون:

وصفة شراب فاتح للشهية:

١- عصير عنب ٤٠ جرامًا.

٢- عصير القمح ١٢ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

يعرَّض للندى طوال الليل ثم يصفى ويشرب لمدة يوم واحد.

* * *

قرحة المعدة والاثنا عشر

تنتج عن تآكل موضعي في جدار نسيج المعدة والاثنا عشر، وتسبب التهابات بالأنسجة، وتزداد قرح المعدة نتيجة الإفراط في تناول المواد التي تهيج جدار المعدة، والأغشية المخاطية التي تحمي جدار المعدة.

إجراءات بسيطة للحفاظ على المعدة:

- عدم تناول الحبوب والأقراص والكبسولات التي تسبب حموضة أو زيادة إفراز الأحماض بالمعدة مثل «الأسبرين والفولتارين» ومشتقاته بقدر المستطاع، وتقليل المقليات والأطعمة والوجبات السريعة.
- عدم تناول المواد صعبة الهضم التي تؤذي جدار المعدة.
- عدم تناول المواد الحارة والحريفة لأصحاب المعدة الحساسة.
- الاهتمام بنظافة الخضروات والفواكه، وعدم تناول أغذية ملوثة.
- التخلص من بعض الميكروبات الفطرية.
- عدم التوتر، والابتعاد عن القلق النفسي.
- الامتناع عن التدخين، وعدم شرب القهوة على معدة فارغة.
- أما المواد المهيجة مثل المياه الغازية، وبعض الأقراص الفوارة، والتي لا ينتظر الإنسان حتى يكتمل فورانها خارج المعدة، والتي سرعان

ما يكمل الفوران داخل المعدة؛ فتؤذي جدار المعدة، وتحدث القرحة.

- عدم السهر والإجهاد، والتعرض للملوثات البيئية، وكثرة تناول المنبهات.

التركيبة الفرعونية السادسة:

وهي تركيبة فرعونية ومجربة من الطب الفرعوني لعلاج قرحة المعدة، تتركب من:

١- البابونج Chammommil ٥٠ جرامًا.

٢- المرمدية Salavia Officialis ٤٠ جرامًا.

٣- الريحان Basilicum ٤٠ جرامًا.

٤- النعناع الفلفلي piperment ٤٠ جرامًا.

٥- الشمر Fennel ٤٠ جرامًا.

٦- العرقسوس Liquorice ٣٠ جرامًا.

٧- بذر الكتان Lineseed ٢٠ جرامًا.

٨- اللبان الذكر Kinder ١٠ جرامات.

طريقة الاستخدام:

تخلط الأعشاب السابقة مع بعضها بعد طحنها، وتحلى بالعسل، ويؤخذ ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتشرب قبل الأكل ٣ مرات يوميًا لمدة واحد وعشرين يومًا، ويجب شرب كوب لبن يوميًا.

القولون العصبي «مرض العصر»

عرف المصري القديم الأمعاء الدقيقة والغليظة «القولون»، وتوافرت عند المصريين معلومات عن الهضم والتمثيل الغذائي «الميتابوليزم».

وتركيب البراز والبول، وهناك ١٢ وصفة لعلاج الإمساك، وأمراض القولون.

وحديثًا: ماذا عن القولون العصبي المزمن..؟

إن التقدم الصارخ أدى إلى اختلال نوعيات الغذاء والدواء، وأيضًا المزاج، مما أدى إلى التأثير على عمليات الهضم واضطرابات الأمعاء، حيث أن هناك نوعًا من الالتهاب في الأمعاء سرعان ما يزيد عند تعرض الإنسان للانفعال الشديد، ويحدث الإمساك، وتأتي مشاكل القولون العصبي فضلاً عن وجود بعض الأسباب الطفيلية مثل بعض أنواع الديدان، والأميبا التي تهاجم جدار القولون، وتسبب قرحًا به، وتسبب التهابات الأمعاء.

التركيبة الفرعونية السابعة:

وصفة فرعونية ممزوجة بوصفات حديثة لعلاج القولون العصبي المزمن:

وهذه التركيبة تمَّ تسجيلها بأكاديمية البحث العلمي والتكنولوجيا

تحت اسم «أعشاب القولون العصبي المزمن»:

١- الكسبرة Coriender ٥٠ جرامًا.

٢- الشبت Dill ٥٠ جرامًا.

٣- الشمر Fennel ٤٠ جرامًا.

٤- المرمرية Salavia Officialis ٤٠ جرامًا.

٥- العرقسوس Liquorice ٣٠ جرامًا.

٦- حصا لبان Rosmary ٣٠ جرامًا.

٧- نعناع فلفلي Menth piperita ٢٠ جرامًا.

٨- الكمون Cumin ٢٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

تطحن الأعشاب بنفس النسب، وتحلى بالعسل، وتؤخذ ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتصفى وتشرب بعد الأكل ٣ مرات.

الوصفة الفرعونية السابعة والخمسون:

وصفة لإزالة الآلام من جميع أجزاء الجسم:

١- شبت ٣ جرامات.

٢- تمر ١٢ جرامًا.

٣- زبيب أسمر ١٢ جرامًا.

٤- ٥ ملاعق كبيرة عصير عنب.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط ثم يصفى، ويستخدم كشراب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثامنة والخمسون:

وصفة لعلاج كثرة البكاء لدى الأطفال من الخشخاش:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- بذور الخشخاش.

٢- هبو الحائط.

طريقة الاستخدام:

يعمل معجون بعد خلطهما بالماء ثم يصفى الخليط، ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية التاسعة والخمسون:

وصفة لعلاج الحمى من نبات الفيجن أو السذاب:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- زيت معتق.

٢- عصارة الفيجن.

٣- عصير عنب أبيض.

طريقة الاستخدام:

يغلى ثم يكثف حتى يغلظ قوامه، ويقل حجمه إلى النصف، ثم يدلك ظهر المريض بهذه الخلطة.

الوصفة الفرعونية الستون:

وصفة لإزالة القرحة في اللثة:

١- ملعقة قرفة.

٢- ملعقة صمغ.

٣- ملعقة عسل.

٤- ملعقة زيت أو دهن.

طريقة الاستخدام:

تستخدم كضمادة.

الوصفة الفرعونية الواحدة والستون:

وصفة لعلاج اللسان:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- ملعقة كحل.

٢- ملعقة كرفس.

٣- ملعقة مغرة «أكسيد حديديك».

٤- ملعقة خبث حديد «مخلفات صهرة».

طريقة الاستخدام:

تمضغ جيدًا في الفم ثم تبصق.

الوصفة الفرعونية الثانية والستون:

• وصفة أخرى لعلاج التهاب اللسان:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- لبان.

٢- كمون.

٣- مغرة صفراء.

٤- ودك الوز.

٥- عسل.

٦- ماء.

طريقة الاستخدام:

تستخدم ٣ مرات في اليوم مضمضة «غرغرة».

الوصفة الفرعونية الثالثة والستون:

وصفة لعلاج مزيل لآلام الجسم:

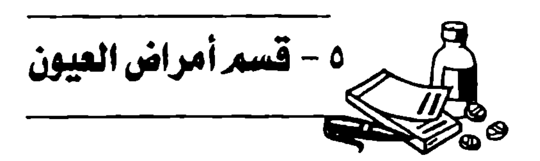
١- لبان	٢ جرام.
٢- كمون	٢ جرام.
٣- خبز طري	١٢ جرامًا.
٤- ودك الوز	٦ جرامات.
٥- عسل	٦ جرامات.

٦- ٢٠ ملعقة كبيرة جعة حلوة.

طريقة الاستخدام:

يصفى الخليط ثم يشرب لمدة أربعة أيام.

* * *



٥ - قسم أمراض العيون

كان الفراعنة يعالجون العيون بالأعشاب حيث:

١- كانت تعالج التهابات العين بقطرة من ملح معدني أخضر «اليشب أو السرنبتين» يخلط بالماء، ويستخدم كقطرة للعين.

٢- كذلك استخدموا خليطًا من مسحوق الكرفس وبذر الكتان في تحضير غسول للعين.

٣- وعالجوا احمرار العين بمرهم من الكحل ودهن الأوز، وكان الكحل يصنع من الجالينا، وهو خامة معدنية أساسها كبريتور الرصاص.

الوصفة الفرعونية الأولى:

وصفة لإيقاف احتقان العين:

١- ملعقة من لبان.

٢- ملعقة كرفس.

طريقة الاستخدام:

توضع في كلا العينين.

الوصفة الفرعونية الثانية :

تتكون من مقادير متساوية من:

١- خشخاش.

٢- أوراق السنط.

٣- عصارة سنط.

٤- نحاس.

٥- صمغ، بنسب متساوية وتسحق معًا.

طريقة الاستخدام:

يستخدم كمرهم للعين للاستعمال الظاهري.

الوصفة الفرعونية الثالثة :

وصفة مرهم للعين من الرجلة لمداواة العيون المصابة بالرشح:

١- سيقان الرجلة، وتطحن جيدًا ثم يعصر منها العصير، ويحفظ في الظل مع قليل من الصمغ ثم تحول إلى مرهم، ويدهن به العين.

الوصفة الفرعونية الرابعة :

وصفة للمريض المصاب بعدم الإبصار الليلي، يخلط مع:

١- الكرات الرومي.

٢- بول حديث.

تحشى العينان بالخليط مرارًا حتى يعود إليهما الإبصار ليلاً.

الوصفة الفرعونية الخامسة:

وصفة من القنب لعلاج العين:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- كرفس.

٢- قنب.

طريقة الاستخدام:

يخلطان ويترك الخليط في الندى طوال الليل ثم يغسل به كلا العينين في الصباح الباكر.

الوصفة الفرعونية السادسة:

وصفة مسحوق من الشمر أو الرازيانيج يعالج كل أمراض العيون.

١- ٧ أهليج أصفر «ثمار مجففة».

٢- ٧ أكسيد الزنك.

طريقة الاستخدام:

يطحن، ويترك الطحين لمدة يوم وليلة، ثم يطحن مرة أخرى حتى يصبح مسحوقًا، ويضاف للمسحوق صمغ السنط ثم يسحق

مرة أخرى ثم يضاف للخليط المسحوق عصارة الشمر يوميًا لمدة سبعة أيام ثم يستعمل للعين.

الوصفة الفرعونية السابعة:

وصفة من الحروت أو الحلتيت لصنع مرهم للعين:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- كحل.

٢- صبغة عيون خضراء.

٣- لب قرون الخروب.

٤- حلتيت.

طريقة الاستخدام:

يمزج الخليط بالماء، ويستعمل كقطرة للعين.

الوصفة الفرعونية الثامنة:

لعلاج العيون:

١- ملعقة لب قرون الخروب.

٢- ملعقة لب بلح البحر.

طريقة الاستخدام:

يخلطان بزيت أو دهن، ويحول المخلوط إلى معجون يدهن به الجفنان.

الوصفة الفرعونية التاسعة:

وصفة أخرى لعلاج العيون:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- صبغة عيون سوداء.

٢- عصارة قرون خروب حديثة.

٣- عسل مخمر.

طريقة الاستخدام:

تداوي بها العين.

الوصفة الفرعونية العاشرة:

وصفة أخرى لعلاج العيون:

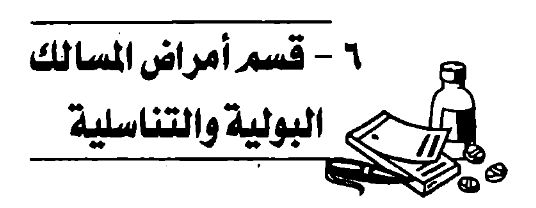
تتكون من مقادير متساوية من:

١- لب قرون الخروب.

٢- عسل مخمر.

طريقة الاستخدام:

تداوي بها العين.



٦ - قسم أمراض المسالك البولية والتناسلية

العلاج الفرعوني لحصى الكُلى:

عثرت البعثات الاستكشافية في بلاد النوبة لمومياء لشاب من عصر ما قبل الأسرات أي: منذ حوالي ٣٢٠٠ سنة قبل الميلاد منذ «١٩٠٧ - ١٩٠٨ ق. م»، ومن الغريب أن أكبر حصوة تزن حوالي ٣٠٠ جم، والمتوسطة ٢٤ جم، والصغرى ١١,٧ جم.

وبتحليلها وجد أن الحصوة الصغرى تتكون من «أملاح الفوسفات وأملاح البوليك»، وهي النوع الشائع في مصر آنذاك، كما تمَّ العثور على بعض الحصيات في مثانة بعض المومياوات في عصر ما قبل الأسرات، وعثر أيضًا على بويضات البلهارسيا في بعض المومياوات، وقد استخدم الفراعنة لعلاج حصى الكُلى والحالب نبات الخلة البلدي في صورة مغلي البذور.

التركيبة الفرعونية الأولى:

تم وضع تركيبة من الأعشاب تجمع ما بين القديم والحديث للتخلص من حصى الكُلى.

ملاحظة:

وهي ليست علاجية فقط بل إنها تمنع تكون الحصيات مرة أخرى للأشخاص الذين لديهم استعداد لتكوين الحصيات حيث يتم تناولها مرة واحدة كل ثلاثة أيام بعد نزول الحصوات لمنع تكوينها مرة ثانية.

وتحتوي التركيبة على الآتي:

١- حلفابر Cymbagogon ١٠٠ جرام.

٢- كرفس Apium Graeolens Celery ٥٠ جرامًا.

٣- الخلة البلدي Ammi Visnaga ٥٠ جرامًا.

٤- بقدونس Barsely ٥٠ جرامًا.

٥- حبة البركة Nigella Sativa ٥٠ جرامًا.

٦- عرقسوس Liqourice ٢٠ جرامًا.

٧- حرجل Solenostena Argel ٢٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

مرتين في اليوم على الريق، وقبل النوم لمدة ١٠ أيام.

ملحوظة:

مرة واحدة كل ٣ أيام بعد نزول الحصوة للحماية.

الوصفة الفرعونية الأولى:

وصفة لعلاج ألم الجنب والكلى:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- خس.

٢- عصارة بلح.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط في الزيت أو الدهن، ويوضع كمادات دافئة لمدة ٢٠ دقيقة.

الوصفة الفرعونية الثانية:

وصفة لعلاج الخصيتين المريضتين من أكاليل الملك أو الحندقوق:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- حندقوق.

٢- ورد أكليل زهور العروس.

طريقة الاستخدام:

تطحن المكونات ثم يشربها المريض مع عصير العنب.

الوصفة الفرعونية الثالثة :

وصفة لعلاج الخصيتين المريضتين:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أغصان الصفصاف.

٢- الفيجن الطري.

٣- عصير العنب.

طريقة الاستخدام:

يتم طحن أغصان الصفصاف والفيجن، ويخلط بعصير العنب، ويشرب المريض الخلطة.

* * *

التهاب البروستاتا والأعشاب الطبية

تحدث التهابات البروستاتا نتيجة ميكروب يعيش في مجرى البول، وسرعان ما يصل إلى غدة البروستاتا، ويسبب التهابًا، وينتج عنه صديد في البول، وآلام حول الارتفاق العاني، وصعوبة في التبول، والقذف السريع عند الجماع، وغالبًا ما يحدث بعد سن الخمسين عند الرجال.

التركيبة الفرعونية الأولى:

للتخلص من التهاب البروستاتا:

١- حب الرشاد Ranuncilus ٦٠ جرامًا.

٢- حلفابر Cymbagogon proximus ٦٠ جرامًا.

٣- حبة البركة Nigella Sativa ٥٠ جرامًا.

٤- عرقسوس Liqourice ٥٠ جرامًا.

٥- حشيشة الدينار HAmulus LuPulus ٤٠ جرامًا.

٦- بذر الكتان Liniumusitismum ٤٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

تخلط هذه الأعشاب بعد طحنها، وتغلى دقائق، وتحلى بالعسل، وتتناول منها ملعقة صغيرة على كوب ماء، وتشرب قبل الإفطار والعشاء مرتين في اليوم.

الوصفة الفرعونية الرابعة:

وصفة لإيقاف طمث المرأة «علاج الحيض» من البصل:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- كمية من البصل.

٢- كمية من عصير العنب.

طريقة الاستخدام:

يخلط ويحول إلى عجينة، ويوضع على مهبل المريضة.

الوصفة الفرعونية الخامسة:

لعلاج إزالة التهاب الرحم:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- اللبان.

٢- الكرفس ثم يهرس جيدًا في حليب بقري.

طريقة الاستخدام:

يستخدم لبوس للمهبل.

الوصفة الفرعونية السادسة:

دواء مهدئ، ومسكن للرحم:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- القنب.

٢- العسل.

طريقة الاستخدام:

يوضع في المهبل.

الوصفة الفرعونية الثامنة:

مرهم لعلاج الأمراض البولية لدى الذكور:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- ساق السمار.

٢- لوبيا مغلية.

طريقة الاستخدام:

يمزج الخليط بالزيت أو الدهن، ويدهن به عضو الرجل.

الوصفة الفرعونية الثامنة:

وصفة لكثرة التبول من عنب الحية أو الفاشرا:

١- أسل «سمار» ١٢ جرامًا.

٢- تمر ٢٥ جرامًا.

٣- رءوس TiPs.

٤- عنب الحية ٢٥ جرامًا.

٥- ملعقتان ونصف من العسل.

٦- ثمار عرعر.

٧- ٢٠ ملعقة كبيرة ماء.

طريقة الاستخدام:

يصفى الخليط ثم يشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية التاسعة:

وصفة لعلاج النزيف:

١- أوراق سنط جافة تطحن، وتخلط بالزيت أو الدهن، ثم يسخن الخليط ويترك ليبرد.

طريقة الاستخدام:

يستخدم ككمادات.

الوصفة الفرعونية العاشرة

وصفة لوقف النزيف «أيا كان»:

١- ملعقة ودك مغر.

٢- ملعقة شمع.

٣- ملعقة صمغ عطري.

٤- ملعقة قرفة.

٥- ملعقة زيت بان حديث.

طريقة الاستخدام:

تخلط ويدهن بها مكان النزيف حتى ينقطع.

الوصفة الفرعونية الحادية عشرة:

وصفة أخرى لوقف النزيف:

١- ملعقة مغلي الشعير.

٢- ملعقة لب قرون الخروب.

٣- ملعقة لبان.

٤- ملعقة زيت أو دهن.

طريقة الاستخدام:

تستخدم كمادات للنزيف.

الوصفة الفرعونية الثانية عشرة:

وصفة لتميز المرأة التي ستلد من تلك التي لن تلد:

«كشف عقم فرعوني قديم».

تطحن الكمية من:

١- البطيخ، وتخلط مع لبن امرأة أنجبت مولودًا ذكرًا ثم تشرب منه المرأة، إذا تقيأت؛ فسوف تلد وإلا فإنها لن تلد أبدًا.

الوصفة الفرعونية الثالثة عشرة:

وصفة لعلاج يساعد على تحريك الجنين في رحم الأم «أي: وصفة لمنع العملية القيصرية» من الحلبة:

تتكون من مقادير متساوية من:

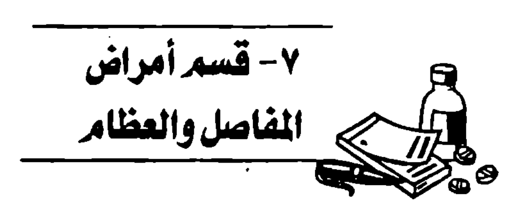
١- حلبة نابت حديثة.

٢- عسل.

طريقة الاستخدام:

تصفى ثم تشرب لمدة يوم واحد.

* * *



٧- قسم أمراض المفاصل والعظام

أمراض المفاصل والعظام عند المصريين القدماء وكيفية علاجها:

كشفت البعثات الأثرية العديد من الحالات لمومياوات مصابة بأمراض المفاصل منذ ٣٠٠ سنة ق. م، ومشاكل العمود الفقري، كما تمَّ العثور أيضًا على هيكل عظمي لسيدة من الأسرة الثانية عشرة «٢٠٠٠- ١٧٨٨ سنة ق. م»، وأيضًا مومياء لسيدة عجوز من الأسرة ٢١ «١٠٩٠- ٩٤٥ سنة ق. م» وكانت تشكو من آلام مزمنة في المفاصل، كما عثر أيضًا على مومياء لجندي من جنود الإسكندر الأكبر حوالي٣٠٠ ق. م مصابًا بالتهاب مزمن بالمفاصل والغضاريف.

وجد علاج كسور العظام في نفس البردية بواسطة جبيرة مكوَّنة من مطحون بعض الخضروات النباتية يدخل معها البقدونس والكسبرة وغيرها، وأيضًا في صورة مرهم.

التركيبة الفرعونية الأولى:

لعلاج كسور العظام:

١- حنظل Colocynth	١٠ جرامات.
٢- طحين الفول البلدي Vicia faBa	٤٠ جرامًا.
٣- طحين القمح Corn	٤٠ جرامًا.
٤- صمغ عربي Acacia Gum	١٠ جرامات.
٥- لبن الجميز Sycamore MilK	٤٠ جرامًا.
٦- ثمار السدر ZizyPhus	٢٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

جبيرة توضع على موضع الكسر لمدة ٢١ يومًا حسب الحالة.

الوصفة الفرعونية الأولى:

وصفة ضمادة ومدئة لربطها على الأطراف التي بها عظم مكسور:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق السنط.

٢- أوراق الصفصاف.

٣- أوراق جميز.

٤- حبوب قمح بري.

٥- صمغ سائل.

طريقة الاستخدام:

تستخدم الضمادة لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثانية:

لعلاج تسكين آلام العظام المكسورة:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق السنط.

٢- الصمغ.

٣- الماء.

طريقة الاستخدام:

تخلط بنسب متساوية، وتستخدم ويضمد بها الكسر لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثالثة:

وصفة لمعالجة كسر العظام من الجميز:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق السنط.

٢- أوراق الصفصاف.

٣- أوراق الجميز.

٤- حبوب قمح.

٥- ماء صمغ.

طريقة الاستخدام:

تصنع كضمادة يضمد بها الكسر لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الرابعة:

وصفة لكسور العظام:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- ١ لبن بقري مخثر.

٢- ١ دقيق الشعير.

طريقة الاستخدام:

يخلطان مع بعضهما في صورة معجون يجبر بها الكسر لمدة أربعة أيام.

* * *

أعشاب العمود الفقري والمفاصل

التركيبة الفرعونية الثانية:

١- حبة البركة	٤٠ جرامًا.
٢- الحلبة	٣٠ جرامًا.
٣- حشيشة الدينار	٢٠ جرامًا.
٤- القرفة	٢٠ جرامًا.
٥- عرقسوس	٢٠ جرامًا.
٦- زنجبيل	١٠ جرامات.
٧- الحرجل	١٠ جرامات.
٨- القرنفل	٥ جرامات.

طريقة الاستخدام:

ملعقة من مطحون هذه الأعشاب على كوب ماء مغلي، وتحلى بالعسل، ٣ مرات في اليوم قبل كل وجبة، وبعد أسبوع من تناولها يتم استخدام هذا الدهان.

التركيبة الفرعونية الثالثة:

لعلاج المفاصل ويتركب من:

١- لانولين	٢٠٠ جرامًا.

٢- فازلين ١٠٠ جرامًا.

٣- مطحون حنظل ٥٠ جرامًا، يذاب في زيت الزيتون.

٤- زيت الزيتون ٤٠ مل.

٥- جليسرين ٤٠ جرامًا.

٦- مطحون فلفل أحمر ٣٠ مل، في زيت الزيتون.

٧- زيت حبة البركة ٣٠ مل،.

٨-زيت نعناع فلفلي ٣٠ مل.

٩- زيت بردقوش ٢٠ مل.

طريقة الاستخدام:

تخلط الزيوت على اللانولين والفازلين لعمل مرهم ليدهن به مكان المفاصل من المساء حتى الصباح لمدة ١٥ يومًا.

الوصفة الفرعونية الخامسة:

وصفة لعلاج أمراض كل أطراف المريض: تطحن ثمار الخروع، وتخلط مع العسل ثم يضمد بها الطرف المريض.

الوصفة الفرعونية السادسة:

وصفة عقار لمعالجة تصلب الأطراف من التنوب الأناطولي أو الشرج:

يتركب من:

١- ملعقة من النطرون.

٢- ملعقة من ملح الوجه البحري.

٣- ملعقة من صمغ الشوح.

٤- قليل من ماء الشعير.

طريقة الاستخدام: يستخدم كضمادة لعلاج تصلب الأطراف.

الوصفة الفرعونية السابعة:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- طين.

٢- ملح الوجه البحري.

٣- ماء شعير.

٤- ثمار جميز.

طريقة الاستخدام: تخلط وتستخدم كضمادة.

الوصفة الفرعونية الثامنة:

وصفة من شجر النخيل لعلاج أورام أطراف الرجل:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- بلح رطب.

٢- نوى بلح.

٣- مر جاف.

٤- شمع.

طريقة الاستخدام:

تخلط المكونات حتى تتعجن، ويستخدم المعجون في عمل ضمادة لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية التاسعة:

وصفة لعلاج الورم والألم في القدمين:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- نطرون أحمر.

٢- عصارة البلح المتخمر.

طريقة الاستخدام: يضمد بها القدمان.

الوصفة الفرعونية العاشرة:

وصفة لعلاج الورم:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- حبوب فول.

٢- أس.

٣- رواسب ماء الشعير.

٤- ثمرة البخ.

٥- شمع.

طريقة الاستخدام: يجمع المخلوط ويحول إلى عجينـة، تسـتخدم كضمادة لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الحادية عشرة:

وصفة لعلاج انتفاخ او تورم القدم:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق السنط.

٢- أوراق شجر السدر.

٣- مغرة.

٤- عسل.

طريقة الاستخدام: يستخدم ككمادة.

الوصفة الفرعونية الثانية عشرة:

وصفة لعلاج أورام الأطراف:

١- يطحن الكرفس في الزيت أو الدهن.

طريقة الاستخدام:

يدهن به الأوعية المقصودة.

الوصفة الفرعونية الثالثة عشرة:

وصفة لرعشة الأصابع من البطيخ:

يدلك الإصبع بالزيت أو الدهن.

طريقة الاستخدام:

يستخدم كضمادة من البطيخ.

الوصفة الفرعونية الرابعة عشرة:

وصفة علاج الصدغين:

١- يطحن الكرفس في ماء بارد.

طريقة الاستخدام:

يوضع على صدغي المريض؛ فيشفى.

الوصفة الفرعونية الخامسة عشرة:

وصفة لعلاج الألم:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- حنطة مقدار واحد.

٢- زهرة شعير مقدار واحد.

٣- زهرة أيمر مقدار واحد.

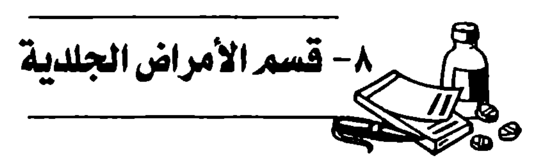
٤- خت- دس «أس» مقدار واحد.

٥- عسل مقدار واحد.

طريقة الاستخدام:

يستعمل كضمادة.

* * *



٨- قسم الأمراض الجلدية

الجرب «الهرش الشديد» Scabies:

مرض جلدي عرفه المصريون القدماء، وينشأ عن طفيل في الجلد، وهو حشرة تسمى «Acarus Scabies»، وتقوم الحشرة الأنثى منه بحفر أنفاق في الجلد، ثم تضع بيضها في هذه الأنفاق الصغيرة، وسرعان ما يفقس البيض، وتنتج منه كميات هائلة من الحشرات التي تتحرك؛ فتزيد من تهيج جلد المريض، فيحك حكًا شديدًا حتى يجرح الجلد.

ولا يهدأ هذا النوع من الجرب «الهرش الشديد» حيث ينتقل من المريض إلى السليم بملامسة الجلد المصاب.

وقد استعمل المصريون القدماء مادة «الكبريت» في علاج الجرب، واستخدم الفراعنة هذه:

الوصفة الفرعونية الأولى:

وصفة فرعونية تتكون من مقادير متساوية من:

١- الحنظل.

٢- التمر.

٣- ملح النطرون.

٤- ملح الشمال.

٥- الكمون.

طريقة الاستخدام:

تغلى هذه الكميات، ويستعمل كغسول لجلد المريض بالجرب.

ومن القديم والحديث نستخلص العلاج الشافي بإذن الله من هذه الوصفة لهذا المرض، والذي ينتقل الجرب من الحيوان إلى الإنسان، مثل جرب الجمال، والذي ينتقل من الجمال إلى الشخص الذي يتعامل معها.

التركيبة الفرعونية الأولى:

١- حشيشة الدينار Humulus lupulus ٦٠ جرامًا.

٢- شيح جبلي Artimisia Herba Liba ٥٠ جرامًا.

٣- عرقسوس Liqourice ٥٠ جرامًا.

٤- القرفة Cinnamom Zyalacium ٣٠ جرامًا.

٥- زنجبيل Ginger ٣٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام: تخلط الكمية بعد طحنها، وتوضع ملعقة على كوب ماء مغلي، وتحلى بالعسل، وتشرب قبل الإفطار والعشاء لمدة ١٥ يومًا.

أما الغسول الذي يقوم بمفعول أكبر في علاج الجرب يتكون من:

التركيبة الفرعونية الثانية:

١- مر	Myth	٧٠ جرامًا.
٢- ملح نطرون	natron	٦٠ جرامًا.
٣- حنظل	Coloynth	٤٠ جرامًا.
٤- قرنفل	Clove	٣٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام: تخلط الأعشاب، وتغلى في لتر ماء ثم تصفى، ويضاف إليها الزيت والجليسرين، ويغسل بها الجسم ٣ مرات يوميًا ومرة قبل النوم. وبعد غسيل المناطق التي بها الهرش بنصف ساعة؛ يستعمل دهان مكون من:

١- جلسرين	Clycerol	٦٠ مل.
٢- زيت خروع	Caster OiI	٤٠ مل.
٣- زيت حبة البركة	Nigella Oil	٤٠ مل.

طريقة الاستخدام:

تخلط الزيوت، وتستعمل دهانًا ثلاث مرات يوميًا.

الوصفة الفرعونية الثانية:

وصفة في حالات الحروق والبثرات المؤلمة على الجلد:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق الصفصاف.

٢- الرجل.

٣- عصارة ست الحسن «البلادونا».

٤- الصفروت.

٥- زلال البيض.

طريقة الاستخدام: يضاف للخليط قليلاً من أي مخدر، ثم يطحن كله مع قليل من عصير العنب المركز ويستعمل.

الوصفة الفرعونية الثالثة:

مرهم لعلاج الجلد من الكمون الأسود:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- ثوم.

٢- كمون أسود.

٣- ملح النطرون.

٤- خل معتق.

٥- صمغ من شجر التنوب.

٦- زيت الفجل.

طريقة الاستخدام:

يغلى المخلوط، ويستخدم كمرهم، وبعد ثلاثة أيام يغسل بماء دافئ.

حب الشباب

يشير العالم «روفر» في كتابه عن الأمراض القديمة في مصر أن الملك رمسيس الثاني أصيب بحب الشباب في الوجه سنة ١٢٢٥ ق. م، وفسر المرض أنه نتيجة التهابات في الغدد تحت الجلد.

وهنا دهان وصفة فرعونية لعلاج حب الشباب استخدم مكون من:

الوصفة الفرعونية الرابعة:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عسل النحل.

٢- زيت نبات الهجليج.

٣- بلح الصحراء.

ويتوقف هذا العلاج على استخدام الكريمات أو الدهانات التي سرعان ما تتسبب في بعض المشاكل مثل غلق المسامات والقنوات الخاصة في بشرة الوجه. وأحيانًا تأتي بنتائج عكسية.

أما علاجنا الحديث؛ فيتوقف على نظرية تقول: «إن الجلد مرآة للبطن والدم» تعتمد هذه النظرية على ضرورة نقاوة الدم من الأجسام الغريبة التي تكون عالقة بالدم.

ومن المعروف أن دم الإنسان يتكون من نسب ثابتة من مجموعة

العناصر والمواد التي تحفظ للجسم حيويته ونضارته، وأي مواد غريبة يقذف بها الدم خارج الجلد، فتسبب مشاكل جلدية، والهضم غير الكامل للمواد الغذائية، واضطرابه تسبب الهرمونات، وتعرض الجسم لبعض الميكروبات مثل بكتيريا «ستافيللو كوكس» ينتج عنها الصديد، وتسبب مشاكل جلدية مثل البقع السمراء، وتظهر في الوجه نتيجة التعرض للشمس فترات طويلة.

وخصوصًا للأشعة الفوق البنفسجية، كما أن زيادة نسبة الأملاح بالجسم أيضًا، قد تسبب في ظهور مشاكل جلدية، وقد تسبب حب الشباب.

وللتخلص من حب الشباب ومشاكل الجلد وتنظيف الجسم من السموم والأملاح الزائدة؛ فإننا نقدم هذه التركيبة للتنظيف الداخلي للبطن، وهي تركيبة من الأعشاب الطبيعية في صورة شراب مهمتها إزالة السبب الرئيسي داخل الجسم.

التركيبة الفرعونية الرابعة:

الشراب عبارة عن:

١- البابونج Chammomilla ١٠٠ جرام.

٢- بذور الكسبرة Coriendenum Sativum ١٠٠جرام.

٣- حلفابر Cymbagogon proximus ٥٠ جرامًا.

٤- قشر الرمان Punicagranatus ٥٠ جرامًا.

٥- ينسون Anisum ٥٠ جرامًا.

٦- حبة البركة Nigella Stiva ٥٠ جرامًا.

٧- حلبة مطحونة Trigonella foenumgraecum ٣٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

تطحن هذه الأعشاب مع بعضها جيدًا، وتخلط وتوضع منها ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتحلى بعسل النحل، وتصفى وتشرب قبل كل إفطار، وعشاء يوميًا لمدة ٢٠ يومًا، وبعدها يستعمل كريم من عسل النحل؛ لإزالة البقع مكان الحبوب مرتين في اليوم.

الوصفة الفرعونية الخامسة:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عسل النحل.

٢- نشا.

٣- جنين القمح.

٤- خل.

طريقة الاستخدام:

يستخدم كقناع لتنظيف البشرة من الخارج.

الأكزيما الجلدية من عهد الفراعنة:

الأكزيما هي مرض جلدي له طبيعة ملتهبة، تحدث بثورًا وبعض القشور، وتفرز موادًا سائلة أو لزجة تسبب الهرش، وبعض الآلام البدنية والنفسية.

وترجع الأكزيما إلى ما قبل الأسرات، وهي إما أن تكون حادة أو مزمنة، وكانت شائعة في مصر القديمة «بردية إيبيد»، وقد أمكن علاج الأكزيما قديمًا، وذلك باستعمال شراب مصنوع من البلح وملح النطرون، واستخدمت أحيانًا لبخة من طحين الفول والخروع والمر وزيت الميرنك.

التركيبة الفرعونية الخامسة:

للأكزيما:

مأخوذة من العلاج الفرعوني، حيث أثبتت الأبحاث العلمية كفاءتها.

مشروب تنظيف الجسم الداخلي لعلاج الأكزيما:

١- حلفابر	٢٠٠ جرام.
٢- خلة بلدي	١٠٠ جرام.
٣- الكاموميل	١٠٠ جرام.

٤- ورق النبق	٥٠ جرامًا.
٥- الحلبة	٥٠ جرامًا.
٦- ورق الزيتون	٥٠ جرامًا.
٧- الترمس	٣٠ جرامًا.
٨- ورق العنب	٢٠ جرامًا.
٩- المر	١٠ جرامات.

طريقة الاستخدام:

تطحن هذه الكمية، وتخلط جيدًا، وتوضع منها ملعقة صغيرة على كوب ماء مغلي، وتحلى بعسل النحل، وتصفى وتشرب قبل الإفطار والعشاء لمدة ٤٥ يومًا.

التركيبة الفرعونية السادسة:

دهان للأكزيما:

١- لانولين Lanolin	٣٠٠ جرام.
٢- عسل نحل نقي جدًا Honey	٢٠٠ جرام.
٣- فازلين Vasline	٢٠٠ جرام.
٤- شمع النحل Beeswx	٦٠ جرامًا.

٥- زيت الخروع Caster Oil ٤٠ مل.

٦- زيت حبة البركة Nigella Sativa ٣٠ مل.

٧- بودرة نشا ناعمة جدًا Strach ٣٠ مل.

٨- جلسرين Glycerine ٢٠ مل.

٩- مسحوق الزنجبيل الناعم جدًا Ginger ٢٠ جرامًا.

١٠- صبر ناعم جدًا Aloe ٢٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

تخلط جيدًا لتصنع مرهمًا، ويستخدم كدهان مرتين يوميًا، بعد انتهاء نصف جرعة الشراب من الأعشاب.

البهاق في عهد الفراعنة:

يعتبر مر ض البهاق من الأمراض الشائعة على مستوى العالم، وهو مرض له أصل قديم منذ عهد الفراعنة، وترجع أسباب المرض إلى حالات القلق والعصبية الزائدة عند الشخص، والتوتر يسبب المرض للذكور والإناث بنسبة ١٪، وينتج عنه خلو الأماكن المصابة من صبغة الميلانين Milanin التي تعطي الجلد اللون الطبيعي، والتي تنتج بواسطة خلايا ميلانوسيتس Milanocyted الموجودة في جلد الإنسان.

والنظريات الحديثة تؤكد أن مرض البهاق يحدث نتيجة خلل في جهاز المناعة، والذي يقوم بتحطيم الخلايا التي تصنع صبغة الميلانين، ونظرية أخرى تعتبر الجهاز العصبي المسئول عن هذا المرض، ومن خلال النظرية التي تعتمد على جهاز المناعة أمكن علاج مرض البهاق، وذلك باستخدام تركيبتين:

التركيبة الفرعونية السابعة:

لعلاج البهاق «شراب لتقوية جهاز المناعة»:

١- عسل النحل Honey ٦٠٠ جرام.

٢- حبة البركة Nigella Sativa ٢٠٠ جرام.

٣- حبوب لقاح «بجوار عيون عسل النحل في قرص الشمع».
Polen Graina ١٠٠ جرام.

٤- كركم Curcmalonga ١٠٠جرام.

٥- المر Cummiphoramolmol ٥٠ جرامًا.

٦- خلاصة مائية لبذور نبات الخلة Ammi ٥٠ مل.

طريقة الاستخدام:

تخلط هذه المجموعة، وتقلب جيدًا، وتؤخذ ملعقة صغيرة بعد الأكل ٣ مرات يوميًا.

التركيبة الفرعونية الثامنة:

لعلاج البهاق كدهان:

هو مرهم لتنشيط عملية إمداد الدم في المناطق المصابة بالبهاق، فيحدث إعادة صبغة الجلد بالميلانين، ومن المعروف أن الدم هو إكسير الحياة الذي يحمل جميع المواد والعناصر منها البروتين والإنزيمات والحديد وغيرها، وهذه المواد عندما تغذي باستمرار مناطق الإصابة؛ فإنها تحث خلايا الميلانوسيتس على تخليق مادة الميلانين مرة أخرى، ويعود اللون للمناطق المصابة بالتدريج طالما أن خلايا الدم تغذي هذه المناطق باستمرار.

أما الشق الثاني في علاج البهاق؛ فهو المرهم، ويتكون من:

١- عسل نحل نقي ٤٠٠ مل.

٢- لانولين ٢٠٠ جرام.

٣- فازلين ١٠٠ مل.

٤- مطحون الزنجبيل ١٠٠ مل.

٥- خلاصة بذرة الخلة ١٠٠ مل.

٦- زيت حبة البركة ٥٠ مل.

٧- زيت الخروع ٥٠ مل.

٨- خلاصة الفلفل الأحمر ٤٠ مل.

طريقة الاستخدام:

يدهن به مكان الإصابة من «٥- ٧» مرات يوميًا لمدة لا تقل عن ٢٥ يومًا، حتى تبدأ المناطق المصابة بالبهاق في الاحمرار، ويجب الحفاظ على درجة احمرار هذه المناطق حتى يتم عودة اللون بالتدريج للجلد.

وقد استخدمت هذه التركيبة بنجاح على مرضى البهاق مع مراعاة عدم تناول مركبات ومشتقات الكورتيزون.

التركيبة الفرعونية التاسعة:

يتكون من مرهم يستخدم للحروق والندوب مثل:

١- مرهم «أكسيد الحديديك».

٢- الكحل.

طريقة الاستخدام:

يهرس ويمزج مع عصارة الجميز، والعلاج البديل كان جبيرة الخروع والعسل، أو مرهم اللبان مع العسل.

الوصفة الفرعونية السادسة:

كمادة لإزالة دم الجروح:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- شمع.

٢- دهن.

٣- زيت البان.

٤- لب قرون الخروب.

٥- مغلي الشعير.

طريقة الاستخدام:

يغلى الخليط بعد مزجه، ويضمد به الجراح لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية السابعة:

وصفة كمادة شافية للجروح:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- كبر.

٢- شبت.

٣- بقدونس أو رازوند.

٤- زيت خروع.

طريقة الاستخدام:

يطحن الخليط جيدًا ثم يغلى مع العسل، يدهن به الجلد، سرعان ما يجف الجرح.

الوصفة الفرعونية الثامنة:

وصفة فرعونية لعلاج بؤرة دم غير ملتئمة:

١- ملعقة ودك ثور.

٢- ملعقة لبان.

٣- ملعقة حب العزيز بري.

٤- ملقعة حب العزيز نهري.

٥- ملعقة نشارة خشب الشوح.

٦- ملعقة مرهم ثمين.

٧- ملعقة مر جاف.

٨- ملعقة صمغ.

٩- ملعقة كرفس.

طريقة الاستخدام:

تطحن حتى تصير عجينة، وتستخدم ككمادة.

الوصفة الفرعونية التاسعة:

وصفة لعلاج الخراج من البازلاء «البسلة»:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- بازلاء.

٢- ملح الوجه البحري.

٣- عسل.

طريقة الاستخدام:

يُستخدم الخليط كضمادة.

الوصفة الفرعونية العاشرة:

وصفة لعلاج بثرة رطبة عند أظافر أصابع القدمين:

تتكون من مقادير متساوية من:

يطحن خليط من:

١ - البازلاء.

٢- قرون الخروب.

٣- عسل.

طريقة الاستخدام:

يستخدم كضمادة.

الوصفة الفرعونية الحادية عشرة:

وصفة لعلاج جرح قديم من القرطم:

تتكون من مقادير متساوية من:

١ - قرطم قديم يابس.

٢- كادميوم.

طريقة الاستخدام:

يطحن ثم يرش المسحوق على الجرح، ويربط برباط محكم، وسوف يشفى بإذن الله.

الوصفة الفرعونية الثانية عشرة:

وصفة لمداواة جرح:

١- ملعقة ودك الثور.

٢- ملعقة شمع.

٣- ملعقة لب قرون الخروب.

طريقة الاستخدام:

تخلط المكونات، ويصنع منها ضمادة للجرح.

الوصفة الفرعونية الثالثة عشرة:

وصفة أخرى لتجفيف الجرح:

١- ملعقة لبان.

٢- ملعقة لب الخروب.

٣- ملعقة ودك الثور.

طريقة الاستخدام:

تطحن، وتستعمل كضمادة.

الوصفة الفرعونية الرابعة عشرة:

وصفة لعلاج القوباء من الكسبرة:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عسل متخمر.

٢- مر يابس.

٣- بذور كسبرة.

طريقة الاستخدام:

يطحن معًا في حبيبات تستخدم كدهان.

الوصفة الفرعونية الخامسة عشرة:

وصفة لعلاج الالتهابات الحادة من الأثل الصوفاء:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- الشب.

٢- المغرة الحمراء.

٣- ثمار الأثل.

٤- نطرون.

٥- ملح.

طريقة الاستخدام:

يخلط ثم يعالج به الالتهابات.

الوصفة الفرعونية السادسة عشرة:

وصفة مرهم لعلاج الالتهابات:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- جلد فرس نهر مغلي.

٢- زيت أو دهن.

٣- بذور خشخاش.

٤- نخاع قرون الخروب.

طريقة الاستخدام:

يخلط في صورة معجون ثم يستخدم.

الوصفة الفرعونية السابعة عشرة:

وصفة لآلام الصدغين، ومسكنات للألم من الخردل:

١- جريش القمح	٥٠ جرامًا.
٢- خردل	٢٥ جرامًا.

٣- قليل من الخل.

طريقة الاستخدام:

يطحن الخليط كله جيدًا ثم يستخدم.

الوصفة الفرعونية الثامنة عشرة:

علاج صالح لأي ورم:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- معجون من الرجلة.

٢- دهن البقر.

الوصفة الفرعونية التاسعة عشرة:

دواء لعلاج الالتهابات:

تتكون من مقادير متساوية من:

تخلط أوراق من:

١- براعم القنب.

٢- الزيت الأبيض.

طريقة الاستخدام:

يستخدم كدهان.



٩- قسم الأسنان

الوصفة الفرعونية الأولى:

وصفة لعلاج الأسنان واللثة من الكرسنة:

١- بخور ٢٥ جرامًا.

٢- نشا ٢٥ جرامًا.

٣- كرسنة ٥٠ جرامًا.

طريقة الاستخدام:

يطحن الخليط ويستخدم.

الوصفة الفرعونية الثانية:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- ثمار جميز مشقوقة.

٢- فول.

٣- ملكيت.

٤- مغرة.

طريقة الاستخدام: تسحق وتوضع على الأسنان.



١٠- قسم القلب

الوصفة الفرعونية الأولى:

وصفة وشراب سريع المفعول لإنعاش القلب:

١- تين ١٢ جرامًا.

٢- ينسون ٢٥ جرامًا.

٣- مغرة ٢٥ جرامًا.

٤- عسل ٦ جرامات.

٥- ٢٠ ملعقة كبيرة ماء.

طريقة الاستخدام:

تغلى معًا، ويشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثانية:

وصفة لعلاج حرارة القلب:

١- ٥ ملاعق كبيرة بلح ربط.

٢- عسل ٢٥ جرامًا.

٣- ١٠ ملاعق كبيرة ماء شعير.

طريقة الاستخدام:

يداوى به لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثالثة:

وصفة لعلاج القلب من العجوز:

١- عجوز ٣ جرامات.

٢- ٥ ملاعق كبيرة ثمار جميز مشقوقة.

٣- مغرة ٣ جرامات.

٤- ٥ ملاعق بلح رطب.

٥- ٢٠ ملعقة ماء.

طريقة الاستخدام:

يترك في الندى طوال الليل ثم يصفى، ويشرب لمدة يوم واحد.

الوصفة الفرعونية الرابعة:

وصفة لعلاج مهدئ للأوعية الدموية بكل الأطراف من الكرات الرومي:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق السدر.

٢- الصفصاف.

٣- السنط.

٤- ملح الوجه البحري، يخلط مع ثمار الكرات الرومي.

طريقة الاستخدام: يطحن طحنًا جيدًا، ويصنع من الطحين ضمادة، وتستعمل لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الخامسة:

لعلاج وتهدئة الأوعية الدموية، وتصلب ما هو ضعيف:

تتركب من:

١- ملعقة من أوراق السنط الطازجة.

٢- ملعقة من دهن الثوم.

٣- ملعقة من نشارة خشب الشوح بنسب.

طريقة الاستخدام: تطحن، وتستخدم كضمادة لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية السادسة:

وصفة لعلاج القلب:

١- تين ٢٥ جرامًا.

٢- مغرة «أكسيد حديديك» ٣ جرامات.

٣- أوراق السنط ٣ جرامات.

٤- عسل ٢ جرام.

٥- ماء ٢٥ جرامات.

يصفى، ويترك في الندى طوال الليل، ثم يشرب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية السابعة:

وصفة أخرى لعلاج القلب:

١- تين ١٢ جرامًا.

٢- عصيدة قمح ١٢ جرامًا.

٣- عسل ١٢ جرامًا.

٤- مغرة ٣ جرامات.

٥- ملعقة كبيرة ماء.

طريقة الاستخدام:

يغلى، ويستخدم كشراب لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الثامنة:

وصفة لإنعاش القلب من الإيمر «القمح البري»:

١- ٢٠ ملعقة إيمر أسود.

٢- ١٢٠ ملعقة ماء.

طريقة الاستخدام: يغلى الخليط، ويصفى ثم يركز إلى ٣٥ ملعقة، ويشرب لمدة أربعة أيام.



١١- قسم الأنف والأذن والحنجرة

الوصفة الفرعونية الأولى:

وصفة لعلاج التهاب اللوزتين:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- مطحون الثوم.

٢- الخل.

٣- الماء.

طريقة الاستخدام:

تستخدم غرغرة من أجل التهاب اللوزتين.

الوصفة الفرعونية الثانية:

وصفة لعلاج الأذن:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- عصارة الثوم.

٢- دهن اللوز.

طريقة الاستخدام:

تستخدم كنقط للأذن.

الوصفة الفرعونية الثالثة:

وصفة للقضاء على التهاب الأنف من الصبار:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- خليط من كحل العين.

٢- الصبار.

٣- المر الجاف.

٤- العسل.

طريقة الاستخدام:

يدهن بها الأنف لمدة أربعة أيام.

الوصفة الفرعونية الرابعة:

وصفة لعلاج ولتجفيف الأذن التي تخرج منها إفرازات:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- مغرة حمراء.

٢- كمون.

٣- أذن الحمار «نوع نبات».

٤- مرهم ثمين.

٥- زيت البان «اليسار».

طريقة الاستخدام:

تستخدم حيث تقطر في الأذن.

الوصفة الفرعونية الخامسة:

وصفة لطرد الصديد أو القيح:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- ملح الوجه البحري.

٢- خس.

طريقة الاستخدام:

يعمل مثل كمادة.

الوصفة الفرعونية السادسة:

وصفة لعلاج صديد الأذن:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- الخس.

٢- صمغ نباتي راتنجي.

طريقة الاستخدام: يمزج ويقطر في الأذن.

الوصفة الفرعونية السابعة:

وصفة نقط للأذن:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- زيت البان.

٢- مغرة.

٣- بطيخ.

طريقة الاستخدام:

يقطر في الأذن.

الوصفة الفرعونية الثامنة:

وصفة لإزالة المخاط الذي يقاسى منه في اي جزء من اجزاء الجسم:

١- ورق الزيزفون ١٠٠ جرام.

٢- ورق آس «خت- دس» ١٠٠ جرام.

٣- عصيدة «البخة» ٥ جرامات.

٤- دهن ثور ٥٠ جرامًا.

٥- نشارة خشب التنوب ١٠٠ جرام.

طريقة الاستخدام: يستعمل الخليط كضمادة.

الوصفة الفرعونية التاسعة:

وصفة لعلاج آلام الأذن من المردقوش أو البردقوش:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- خليط المردقوش.

٢- الزوفا.

طريقة الاستخدام:

يخلط الخليط جيدًا ثم يستعمل.

الوصفة الفرعونية العاشرة:

وصفة لمداوة الأذن وتجفيفها من الصفصاف:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- أوراق السنط.

٢- أوراق السدر.

٣- ثمار الصفصاف.

٤- كمون.

طريقة الاستخدام:

يخلط ثم يسحق في صورة مسحوق وتستخدم.

١٢- قسم الصداع

التركيبة الفرعونية الأولى:

من الأعشاب الطبيعية لعلاج الصداع المزمن:

١- البردقوش	MaJoran	٥٠ جرامًا.
٢- الكاموميل	Chammomil	٤٠جرامًا.
٣- الشمر	Fennol	٤٠ جرامًا.
٤- الشبت	Dill	٣٠ جرامًا.
٥- النعناع	Piperimint	٢٠ جرامًا.
٦- القرنفل	Clove	٥ جرامات.

طريقة الاستخدام:

ملعقة صغيرة على كوب ماء دافئ، وتحلى بملعقة عسل ثلاث مرات في اليوم، وعند الشعور بالصداع.

ملحوظة:

رجاء التأكد من سلامة الأسنان والأنف والأذن والحنجرة.

الوصفة الفرعونية الأولى:

وصفة لعلاج الصداع:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- بذور «زيت» الخروع.

٢- دهن.

٣- زيت البان.

طريقة الاستخدام:

يصنع منهما مرهمًا، يستخدم يوميًا.

الوصفة الفرعونية الثانية:

وصفة لعلاج الصداع من الهندباء أو الشيكوريا:

١- عصارة الهندباء، تخلط مع العسل والخل تشفي الصداع، وأيضًا تخلط مع عصير العنب لعلاج الكبد والمثانة.

الوصفة الفرعونية الثالثة:

وصفة لعلاج الصداع:

تتكون من مقادير متسأوية من:

١- ثمار الخروع.

٢- ودك الثور.

٣- زيت البان.

طريقة الاستخدام:

تمزج وتطحن في صورة معجون، وتستخدم كمرهم يوميًا.

الوصفة الفرعونية الرابعة:

وصفة مرهم لعلاج الصداع:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- لبان.

٢- كمون.

٣- حبوب العرعر.

٤- ودك الوز.

طريقة الاستخدام:

يغلي ثم يدهن به الرأس.

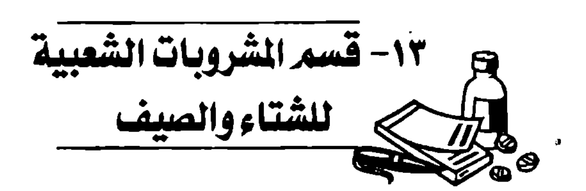
الوصفة الفرعونية الخامسة:

وصفة لعلاج الصداع من الرشاد أو الحرف:

تتكون من مقادير متساوية من:

١- من الرشاد.

٢- من اللبان مع الزلال.



١٣- قسم المشروبات الشعبية للشتاء والصيف

١- مشروب التوت

استعمل الفراعنة عصير التوت شرابًا لعلاج البلهارسيا، واضطرابات الجهاز الهضمي، وحالات الكحة والسعال الديكي، بينما أكد عمالقة الطب العربي قديمًا على فوائده في علاج التهابات، وقروح الفم والحلق وأمراض اللثة والجدري والطحال والكبد، واستعملوه لمكافحة العطش.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي عصير التوت على العديد من الأملاح المعدنية والفيتامينات والبروتين والدهنيات ومواد سكرية وحامض الليمون وكلور وكبريت وفوسفور وصودا وبوتاسيم ومانبزيا وكاليسوم وحديد ونحاس، وبذلك يكون مصدرًا ممتازًا للأملاح المعدنية، كما يحتوي على فيتامينات (أ، ب، ج)، وتبلغ القيمة الحرارية لكل ١٠٠ جم من التوت حوالي ٧ سعرات، وبذلك يعتبر تناول التوت مفيد جدًا في حالات فقر الدم وأورام الحلق واللثة، وله تأثيرات فعالة في خفض درجة الحرارة في حالات الحميات، كما أنه يقلل الشعور

بحالات العطش، ويستخدم عصير التوت في المجال الطبي، لإضافته إلى الأدوية بغرض تلوين وتحسين الطعم.

وقد اتضح أخيرًا أن جذور التوت لها خاصية مسهلة للمعدة والأمعاء وطاردة للديدان، هذا بالإضافة إلى أن آخر الدراسات العلمية أكدت أن للتوت تأثيرًا هرمونيًا ذكريًا، وهو بذلك يعتبر مفيدًا لحالات الضعف الجنسي، وكذلك يعمل على خفض نسبة السكر في الدم والبول، ويفيد أيضًا أمراض الكبد وحالات السعال والحصبة وحب الشباب.

٢- مشروب التمر هندي

جاء التمر هندي في البرديات الفرعونية لعلاج اضطرابات الهضم، وطرد الديدان المعوية، بينما وصفه أطباء العرب القدامى لمكافحة العطش، وعلاج الحميات ومرض الصفراء والقيء والصداع والآلام المفصلية الحادة.

التحليل والفوائد الطبية:

يتميز المشروب بطعمه الحلو الحمضي، واحتوائه على المركبات العضوية والمعدنية؛ أهمها حامض الستريك والماليك، وعلى مادة التانين القابضة، وعلى حوالي ٠٦.٪ حامض الليمون، ١٠٪ حامض طرطريدك طليق، ٨٪ سترات البوتاسيوم، ٣٥.٪ أملاح معدنية من

(٢٥ إلى ٤٠٪)، وسكر محلول، بالإضافة إلى مركبات الفوسفور والماغنسيوم والبكنين بنسب مختلفة.

وأثبتت الدراسات الأخيرة احتواء التمر هندي على المضادات الحيويّة القادرة على إبادة الكثير من السلالات البكتيرية المختلفة هذا بجانب فوائده كمليِّن غير عنيف، وضد حموضة المعدة، وملطف وخافض للحرارة؛ ولذلك تضيف بعض شركات صناعة الأدوية الخلاصة المائية للتمر هندي إلى أدوية الأطفال والحميات.

إن أفضل طريقة لتحضير مشروب التمر هندي هي نقعه في الماء البارد أو المغلي مع إضافة بعض أوراق الكركديه لزيادة فوائده العلاجية ثم تركه فترة من الزمن، وبعد ذلك يصفى جيدًا، ويضاف إليه قليل من السكر أو يحلى بعسل النحل.

٣- مشروب التيليو

إن مشروب التيليو من الوصفات الشعبية المعروفة لعلاج برد ورشوحات الشتاء، وهذا كل ما يعرفه العامة من الناس، ولكن ظهر حديثًا أن أوراق التيليو تحتوي على زيت طيار ومواد أخرى هلامية مع مادة السابونين المعروفة والمضادة للتشنجات، وكذلك على هرمونات جنسية منشطة، لذلك يعتبر المشروب مهدئًا للآلام العصبية والحميات والنزلات المعوية والرشوحات والزكام، ومنشطًا للهرمونات، أما زيت التيليو يساعد على زيادة نعومة، وتطرية الجلد،

وتنقيته من البقع والكلف، وينفع القروح والحروق.

٤- مشروب الجوافة

إن عصير الجوافة من المشروبات الشعبية الصيفية الغذائية المفيدة جدًّا والمنعشة؛ لأن ثمار الجوافة تحتوي على حوالي ١٧٪ مواد سكرية، وكميات قليلة من المواد الدهنية والبروتينية القابلة للتمثيل الغذائي بسهولة في الجسم، بالإضافة إلى مقادير متوسطة من الكالسيوم والبوتاسيوم والصوديوم والفوسفور والحديد، وكميات كبيرة من فيتامين (أ، ب)، وخاصة الريبوغلامين والثيامين وفيتامين (ج)، وبذلك يعتبر مشروب عصير الجوافة عاملاً وقائيًّا هامًا من مرض الأسقربوط، ومن الجدير بالملاحظة أن القشرة الخارجية للجوافة مع الطبقة الخارجية للب الثمار أغنى أجزاء الثمرة بالفيتامينات من داخلها، وأمكن زيادة القيمة الغذائية لمشروب الجوافة عند خلطه باللبن الحليب.

لقد اتضح من الأبحاث الطبية أن أوراق الأشجار تحتوي على بعض أنواع المضادات الحيوية الطبيعية التي لها القدرة على إبادة الجراثيم؛ ولذلك يفيد مغلي هذه الأوراق في علاج التهابات المسالك التنفسية، وأمراض الصدر مثل السعال والكحة، وغير ذلك.

٥- مشروب الحلبة

جاءت الحلبة في البرديات كمشروب لعلاج مظاهر الشيخوخة

ولحالات الإسهال والصرع، وعلى هيئة غسول لإزالة الشيب، وعلى شكل لبخات لعلاج بعض أورام وآلام الصدر، ولكن الأطباء العرب القدامى استعملوا مشروب الحلبة لعلاج أمراض الجهاز التنفسي والكبد والمثانة والضعف الجنسي، وممزوجة بالخل لقروح الأمعاء والبواسير، وصنعوا منها دهانات لعلاج الأورام والحروق وآثار القروح والكلف، وتحسين لون البشرة.

التحليل العملي والفوائد:

تحتوي الحلبة على مواد هلامية، ومواد دهنية تبلغ ٣٦,٧٪، ونشا حوالي ٧٢,٤٠٪، وعلى زيت طيار كثير الشبه بزيت الينسون، ونظرًا لهذه المحتويات المفيدة قامت بعض المعامل الفرنسية باستخراج خلاصات الحلبة وتعبئتها في زجاجات، وجعلها شرابًا للنحفاء بقصد زيادة أوزانهم، وفتح شهيتهم للطعام تحت أسماء تجارية متعددة.

كما اتضح علميًا أن بذور الحلبة تحتوي على زيت مقوي له تأثيرات فعالة في تنشيط غدد الثديين، وزيادة إدرار اللبن للمرضعات، وهو فاتح للشهية، ومفيد للجهاز الهضمي، ومنشط للمعدة، وملين للأمعاء، وأن العناصر الفعالة في الحلبة لديها القدرة على أن تتخلل كافة الأنسجة الحيوية بالجسم، لذلك تعتبر الحلبة من سلطانة الأدوية، وأكثرها انتشارًا منذ قديم الزمان وحتى الآن

كعلاج للعديد من الأمراض مثل الربو والتهابات المسالك البولية والضعف العام.

٦- مشروب الخروب

جاء الخروب في البرديات الفرعونية الطبية ضمن وصفات علاجية لأمراض النساء، وحقنة شرجية لالتهابات الشرج، وكمشروب منعش للقلب الرتين، وممزوجًا باللبن الحليب والعسل وحبوب السنط مع النبيذ لعلاج الإمساك وعسر البول وطرد الديدان المعوية، وممزوجًا مع عصير النبق وعسل النحل وحبوب السنط لتنقية الدم، بينما أضاف أطباء العرب القدامى لفوائد الخروب أنه يكافح العطش، ويليِّن المعدة، وينفع مضمضة لأوجاع الأسنان والتهابات اللثة والفم، وإذا مزج بالخل، واستعمال في التدليك؛ أزال الدمامل والبثور، وتناوله شرابًا يقوي الأمعاء، ويزيل المغص، ويمنع الإسهال، ويدر البول.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي الخروب على مواد سكرية حامضية بنسبة عالية على القليل من البروتين، وتبلغ نسبة المواد السكرية حوالي ٣٠٪ من الثمار، وهذا يؤمن تكاليف تحليته بجانب احتوائه على حوالي ٣٪ أملاح معدنية، والمادة الطبية المعروفة باسم «صمغ الخروب» هي أندوسيرم البذور تحتوي على حوالي ٥٨٪ مادة المانا، و ٢٩٪

جايائكتان، و٣٪ بنتوزانات، وبروتينات حوالي ٥٪، وسليلوز بجانب أنزيم مؤكد، وأنزيم الخروب؛ لـذلك يعتـبر منقـوع الخـروب شـرابًا ملطفًا ومرطبًا للحرارة وملينًا للمعدة ومدرًا للبول، ويفيـد حـالات التهاب الشرج، ونزلات البرد، والاضطرابات الهضمية.

وأكدت الأبحـاث العلميـة أن الخـروب يعـادل درجـة حموضـة المعدة، وهو منشط ومفيد لحالات الإرهاق، والحميـات الصـفراوية، والأمراض الروماتيزمية، والالتهابية، واستخرجت إحدى الشركات العالمية لصناعة الأدوية عقارًا من الخـروب يسـمى «أوبـون» لعـلاج حالات الإسهال عند الأطفال، ويعطـى لهـم مـع لـبن الرضـاعة أو شرابًا كل أربع ساعات.

كما نجحت أيضًا الأبحاث العلمية في إنتـاج دواء مـن الخـروب لعلاج النزلات المعوية، وأكدت هذه الدراسات أن الخروب يحتـوي على مادة لها خصائص امتصـاص السـموم، وتسـاعد علـى تماسـك الأمعاء، هذا بالإضافة إلى قـدرة الخـروب علـى زيـادة تنقيـة الـدم، وأيضًا مرض السُّل، ومن يعانون من داء السكر، قد تحسنت حالتهم عند تناول الخروب النبطي، واختفـى السـكر مـن البـول، وعـاد إلى نسبته الطبيعية في الدم بجانب التـزام المريض بنظام غذائي خاص مع تناول فنجانين قهوة من الخروب قبل الأكل؛ فتحسنت حالة المريض خلال أسبوع.

٧- مشروب الخوخ

أكد أطباء العالم القدامى من خلال تجاربهم العلمية أن عصير الخوخ مُليِّن للمعدة، وينفع الصداع، ويستعمل تقطيرًا في الأذن لعلاج الالتهابات الحادة، وأن زيت نوى الخوخ من أقوى الدهانات لعلاج ضعف السمع، وقال بعضهم: إن الخوخ يزيد من القوة الحيوية للإنسان.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي كل ١٠٠ جم من ثمار الخوخ الطازجة على كمية مناسبة من فيتامينات (أ، ج)، وكذلك حوالي ٨١٪ ماء، ١٨٪ سكريات، ١٪ نشويات، وعلى نسبة عالية من الحديد والكاليسيوم وفيتامين (ج)، وعلى بعض الأملاح المعدنية الأخرى مثل الفوسفور والنحاس والكبريت والصودا والبوتاسيوم، وغيرها من الأحماض العضوية التي لها خواص مدرة للبول، وتليين المعدة والأمعاء.

ومن أهم مميزات ثمار الخوخ أنه يستطيع الاحتفاظ بخواصه الغذائية والعلاجية بعد التجفيف، واتضح أن تناول عصير الخوخ يفيد مرضى تصلب الشرايين والروماتيزم المفصلي والنقرس وحالات الإسهال.

٨- مشروب الرمان

جاء في البرديات الفرعونية أن عصير الرمان ومغلي قشوره

الجافة يفيد حالات الإسهال، وقتل الدودة الشريطية، وتقول التذكرة الطبية الفرعونية «إيبرز»: «خذ الرمان، فاكسره واسحقه مع النبيذ، واطلي به آثار الجرب في الجلد؛ فإنه يزيله» كما استعمل الفراعنة قشر الرمان في علاج أمراض الجدري أيضًا، بينما أضاف الأطباء القدامى لفوائد عصير الرمان أنه مسكن للآلام، ويفيد جدًّا حالات الحميات، ويقلل من الشعور بالعطش، وأن منقوع مغلي قشوره يوقف النزيف وخاصة البواسير والأغشية المخاطية وتقرحات اللثة، وأن عصيره وبذوره قاتلان للديدان المعوية، وإذا خلط قشر الرمان بالعسل النحل، وطلى به أثار الجدري وغيرها أيامًا متوالية؛ أذهب أثرها، وهو نافع لـلأورام وآلام المفاصل، ومزيل للكلف والبقع الجلدية والبهاق والجرب والقروح المتقيحة.

التحليل والفوائد الطبية:

تقدر نسبة القشر والحواجز في ثمار الرمان بحوالي ٣٣٪ من وزنها، بينما تبلغ العصير٦٧٪ تقريبًا، ويحتوي عصير الرمان على حوالي ١٥٪ أجسام صلبة منها أحماض الستريك والماليك وكمية من السكريات المختزلة تصل إلى ١٣٪ بالإضافة إلى فيتامين (ج) والريبوفلافين.

أما قشر الرمان فيحتوي على نسبة عالية من مادة التأنين القابضة كما تحتوي البذور على فلويد طيار يعرف بالبلترين يفيد في

طرد الديدان الشريطية، وتصل نسبتها حوالي ٠,٢٥٪، ويفيدان في طرد الديدان الشريطية، وتعتبر قشور الرمان مصدرًا عظيمًا لهذا القلويد الطبي الهام.

كما أثبتت التجارب العلمية أن الرمان يفيد علاج حالات عسر الهضم والدوسنتاريا الأميبية، أما قشوره؛ فهي ذات فائدة عظيمة في علاج الكثير من الأمراض الجلدية بالإضافة إلى قدرتها على زيادة تثبيت ألوان الشعر وازدهارها.

٩- مشروب الزنجبيل

غالبًا ما يخلط هذا المشروب مع القرفة أو يشرب بمفرده شتاءً، ويتمتع بشعبية هائلة كعلاج لنزلات البرد والزكام والرشوحات الشديدة، وقال عنه أطباء العرب القدامى: إنه يجلو الرطوبة من الرأس والحلق والمعدة والكبد، ويحلل انتفاخات المعدة، ويدر البول، ومقوي جنسيًا.

التحليل والفوائد:

يحتوي مسحوق الزنجبيل على زيت طيار رائحته عطرية نفاذة بنسبة ٣٪، أما طعمه الحريف يرجع إلى احتوائه على زيت الجنجرول، وهي المادة الفعالة في المشروب، ولها رائحة نفاذة، بالإضافة إلى احتوائه على مقادير مختلفة من المواد النشوية والراتنجية

والكبريت؛ ولذلك يدخل في كثير من المستحضرات الطبية، وأدوية المسهلات، وصناعة بعض أنواع الحلوى والمربى؛ لأن الزنجبيل يعتبر منعشًا ومنبهًا للمعدة، وطاردًا للغازات، ويفيد في حالات المغص والبرد والسعال، ويستعمل طبيًّا كطارد لغازات المعدة والأمعاء.

١٠- مشروب السحلب

من المشروبات المحببة؛ لأنه لذيذ الطعم، ويكثر تقديمه شتاءً في معظم المحلات العامة في كثير من الدول العربية، وخاصة منطقة الشرق الأوسط، وبالرغم من أن شهرته ترجع إلى تركيا إلا أنه معروف في بريطانيا بالسحلب المصري الفاخر المغذي العلاجي.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي مسحوق السحلب على حوالي ٥٠٪ مادة غروية ومواد هلامية وبروتينية ومر، وحوالي ٣٠٪ نشا، ١٣٪ دكسترين وبنتوزينات، ١٪ سكروز وأكسلات جير، وزيت طيار وأملاح معدنية ومواد أخرى لها فوائد غذائية ممتازة، وخاصة إذا مزج مشروب السحلب باللبن وعسل النحل وأضيفت إليه المكسرات حيث تزداد قيمته الغذائية سواء للغافلين من الأمراض أو الأصحاء الكبار والصغار.

أما تأثيراته العلاجية؛ فيعتبر مقويًا ومضادًا لحالات الإسهال،

وبالنسبة للأطفال؛ فهو ملطف وقابض، ويفيد ضعاف المعدة والمصابين بالدوستاريا والإسهال المزمن، وكذلك لمرضى السل حسب التقارير الطبية البريطانية، وهذا المشروب يوصف كثيرًا لحالات التسمم الناتجة من السموم الكاوية، ويستعمل حقنة شرجية للغزلات والأمراض المعوية، وكذلك يستفيد من هذا المشروب الذين يشكون الإمساك، وكسل الدورة الدموية، وقرحة المعدة والبواسير.

١١- مشروب العرقسوس

كان هذا المشروب الشعبي منذ قديم الزمان ضمن الوصفات الفولكلورية المتداولة بين العامة، ولا يزال يستعمل حتى اليوم؛ فقد جاء العرقسوس في البرديات الفرعونية لعلاج أمراض الكبد والأمعاء وعسر البول وحالات الإمساك ثم استعملته قبائل البدو في منع العطش وعلاج الربو والسعال الجاف، وقال عنه عمالقة الطب العربي ما يلي:

قال ابن سينا: «منقوع العرقسوس يصلح خشونة قصبة الرئة، ويقطع العطش».

قال داود الأنطاكي: «ينفع من سائر أمراض الصدر والسعال بأنواعه، ويخرج البلغم مطلقًا ويحلل الربو وأوجاع الكبد والطحال والحرقة، ويدر الطمث، وهو أنفع داء لخشونة الصدر والحلق،

وخصوصًا مع السكر والتمر الهندي، وأهل مصر يستعملونه كثيرًا؛ لأنه يسهل ويدر البول».

التحليل العلمي والفوائد العلاجية:

يحتوي العرقسوس على مقادير لا بأس بها من سكر العنب «جلوكوز»، وسكر القصب «سكاروز»، وبعض المواد البروتينية ونشا وجابكوسيدات، وبعض الخلاصات والمواد الصمغية الراتنجية، وأثبتت التحاليل أن العرقسوس يحتوي على مواد سكرية تصل إلى حوالي ١٦٪، ومواد نشوية حوالي ٢٨٪، وأسبارجين حوالي ٤٪، بينما تصل نسبة الماء في العرقسوس إلى حوالي ٢٠٪، مع قليل من الكربوهيدرات.

واتضح أن العرقسوس غني جدًا بأملاح الكاليسيوم والبوتاسيوم التي تعادل درجة حموضة الدم، ومادة الجليسيرتنيك، وهي عبارة عن المادة الحلوة التي تفوق بحلاوتها السكر العادي، والجوهر الفعال في العرقسوس هو عبارة عن مركب حلو الطعم، وهو ملح بوتاسيومي، كالسيومي لاذع الطعم قليلاً.

من خلال هذه التحليلات المعملية يتضح سبب استخدام العرقسوس كمنفث قوي وملطف للأغشية المخاطية وكطارد للبلغم وملين للمعدة، ومدر للبول، وكمرطب للجسم، وأخيرًا اكتشف العلماء المصريون أثناء الأبحاث العلمية التي أجريت في

قسم الفارما كولوجي بالمركز القومي للبحوث أن للعرقسوس تأثيرًا هرمونيًا أنثويًا، وهو يشبه إلى حدٍ كبير تأثير هرمون الأدرينالين الذي ينصح معه بالاعتدال في استخدامه، وخاصة للسيدات الحوامل، وأن المادة الفعالة في العرقسوس تحتوي على مضادات حيوية لها القدرة على قتل الميكروبات والجراثيم التي قد تصيب الأمعاء، وبذلك يعتبر للعرقسوس فوائد وتأثيرات علاجية عظيمة في حالات قرحة المعدة والعديد من أمراض المعدة والأمعاء والكبد والكُلى والمثانة، بالإضافة إلى أن العرقسوس يدخل في تركيب معظم أدوية الكحة والسعال والأمراض الصدرية والتهابات الحنجرة، وعمومًا يعتبر شرابًا ملطفًا ومنفثًا، ويدخل في العديد من المستحضرات الطبية الأخرى، وقد قامت إحدى الشركات بصناعة أدوية مستخلصة من العرقسوس لإعطائها طعمًا مقبولاً.

إن الأبحاث الطبية الأخيرة أثبتت أن العرقسوس يحتوي على الكثير من المواد الفعالة ذات التأثير القوي في علاج العديد من الأمراض، ومن أهم نتائج هذه الأبحاث أن للعرقسوس تأثيرًا مماثلاً لعقاقير الكورتيزون، ولكن بدون الأعراض الجانبية الضارة التي تنشأ عن الكورتيزون الصناعي، وبمجرد ظهور هذا الاكتشاف الرائع؛ سارعت شركات الأدوية العالمية للحصول على هذه الأبحاث من أجل استغلالها في صناعة الدواء.

العرقسوس ومرض آديسون:

من المعروف عن مرض آديسون الذي هو عبارة عن ضعف شديد وهزال الجسم بحيث لا يستطيع المريض مغادرة الفراش؛ نظرًا لفقر الدم، وهبوط في ضغط الدم مع ضعف عضلة القلب، وربما يصاب المريض بتكرار القيء، والإسهال في الحالات الحادة، وهذه الأعراض تظهر نتيجة للإصابة الشديدة للغدة فوق الكلوية، وحدوث اختلال في إفراز هرموني الكورتيزون والهيدروكورتيزون التي تفرزهما هذه الغدة، ونتيجة لاحتواء العرقسوس على هذا الهرمون الطبيعي؛ فهو يعتبر علاجًا رائعًا، وبدون آثار جانبية.

لقرحة المعدة والتجميل أيضًا:

كان الكورتيزون الصناعي من أهم الأدوية لعلاج قرحة المعدة وقرح الاثنى عشر، ولكنه يعتبر كمسكن للآلام فقط، أما العرقسوس؛ فهو يحتوي على مادة لها تأثير قوي لعلاج القرحات بأنواعها لما له من خاصية الالتئام؛ فاتضح أنه يؤثر على الأغشية المخاطية الموجودة، وكذلك تأثير مهبط على الجهاز الباراسمبثاوي، وهو بذلك يعمل على تهدئة حالة المعدة والجهاز التنفسي، وقد تأكد للعلماء حديثًا من أن المواظبة على تناول مشروب العرقسوس؛ يزيل شوائب البشرة، وينقيها ويعيد إليها صفاءها ونقاوتها وجمالها الطبيعي.

١٢- مشروب القرفة

جاءت القرفة «٦ مرات» في البردية الفرعونية «هيرست» كمسكن موضعي، ولتبريد الشرج، وضد الحروق المتعفنة، وعدة أمراض أخرى لم يستدل عليها بعد، ثم وردت القرفة بالزنجبيل في الوصفات الطبية العربية القديمة لعلاج نزلات البرد والخراريج بسرعة، وعلاج قروح المسالك البولية، وممزوجة بالمصطكى لعلاج الربو.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي مشروب القرفة على مادة التأنين القابضة، وهي بذلك تفيد حالات الإسهال، وكذلك على حوالي ٢٪ زيت طيار له رائحة مميزة، وعلى نسبة من مركب «الهيدالقرفة»، وكذلك مركب «اليوجينول» الذي يوجد أيضًا في القرنفل، وعلى كمية ضئيلة من المواد النشوية والغروية والسكرية.

ومن أهم مميزات زيت القرفة أنه منبِّه عطري، طارد للغازات، قابض لحالات الإسهال، ومضاد للتشنج، ومطهر للحميات المعوية، وبذلك يعتبر زيت القرفة هو العامل الأساسي والرئيسي في مفعولها المقوي المنشط للدورة الدموية، والمدر للبول والعقم المضاد للعفونة.

وهو يدخل في تركيب الكثير من الأدوية الطبية، وعمومًا تعتبر القرفة مدفئة للجسم، فاتحة للشهية، مطهرة ومنشطة للمعدة والجهاز

الهضمي، ويستعمل زيت القرفة لعلاج بعض الأمراض الجلدية، وآلام الأذن والزكام والبثور والقروح.

١٣- مشروب عصير القصب

إن هذا المشروب الشعبي الرائع من المشروبات المنعشة المرطبة، وله أهمية خاصة في حياة المصريين خاصة أثناء الصيف، وهو غني جدًا بالمواد السكرية والأملاح المعدنية، وخاصة الحديد والعناصر الأخرى اللازمة لاحتياجات الجسم من الطاقة.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي عصير القصب على حوالي ٠,٨٣٪ ماء، ١٥٪ سكر، ٨٠.٪ سكر محول، ٤٥,٠٪ رماد، ٠٥,٠٪ أميدات، ١٢,٠٪ ألياف، ١٢,٠٪ دهن وشمع، ٠٦,٠٪ مادة أرضية، ٠١,٠٪ كلوروفيل.

ومن أهم مميزات عصير القصب أنه مأخوذ من القصب بأكمله، وهو بذلك يحتوي على جميع محتويات العيدان من المواد الغذائية والأملاح المعدنية مثل الكاليسيوم والحديد والفوسفور والماغنسيوم والكبريت؛ ولهذا يعتبر عصير القصب مفيدًا للعظام والكبد، ولزيادة إدرار البول، وتنشيط وظائف الكليتين، وعلاج السعال، وبحة وخشونة الصوت، وضد حموضة المعدة، ويساعد في علاج فقر الدم «الأنيميا».

١٤- مشروب الكراويا

اشتهر الكراويا عند أطباء العرب القدامى بقدرته على طرد الرياح من المعدة، والمساعدة على الهضم، وتسكين المغص، وإدرار البول، وقتل الديدان المعوية، واستعملوا مسحوق الكراويا ضمن أدوية العيون، وتركيبات الكحل، ولبخات للبواسير.

التحليل والفوائد الطبية:

تحتوي على زيت طيار، وعدة مواد منشطة لإفرازات المعدة والأمعاء والغدد اللعابية هي «د، كارفون»، و«د، ليمونين»، ويعتبر زيت الكراويا مطهرًا جيدًا، ومهدئًا للأطفال العصبيين، ودهانًا حسنًا لإزالة حالات المغص، بينما يفيد مشروب الكراويا حالات ضعف الأعصاب، وشحوب الوجه، وإزالة احتقانات الجهاز الهضمي، والغازات المعوية، وإدرار حليب الأم، ولآلام أسفل البطن، وأوجاع المبيض والمفاصل والعضلات.

١٥- مشروب الكركديه

يعتبر من المشروبات المحببة جدًّا عند كثير من المصريين سواء كمرطب صيفًا أو دافئ شتاءً، ولكن أكثر الناس لا يعرف حقيقة فوائد هذا المشروب الشعبي الذي أطلق عليه أحيانًا «العناب».

التحليل والفوائد:

تحتوي أزهار هذا النبات على كميات هائلة من المضادات

الحيوية الطبيعية التي أكدت إحدى الدراسات الـتي أجريـت في كليـة العلوم بجامعة القاهرة أن لها تأثيرات فعالة في إبادة ميكـروب السُّـل والقدرة على قتل الميكروبات البكتيرية، وغيرها من الطفيليات، كما أن مشروب الكركديه يهدئ من تقلصات عضلات الـرحم والمعـدة والأمعاء، ويزيل آلامها، بالإضافة إلى أن الكركديه مشروب حمضـي ملطف، وخافض للحرارة؛ ولذلك يعتـبر مفيـدًا جـدًّا في الحميـات، كذلك اتضـح أن مغلـي أزهـار الكركديـه يعتـبر كمضـادًا للديـدان الشريطية والأسطوانية، وهو ملّين مناسب للمعـدة، ويسـاعد كـثيرًا على خفض ضغط الدم المرتفع، وقد تمكّن أيضًا من الاسـتفادة مـن الأزهار في خلطها مع الحناء لزيادة تثبيت لون الشعر للنساء وإكسابه لونًا نحاسيًّا براقًا جميلاً.

١٦- مشروب الليمون

جاء عصير الليمون ممزوجًا مع اللبان المر الذكر والعنب والـتين في إحدى الوصـفات الطبيـة في البرديـة الفرعونيـة «بـرلين» لعـلاج النزلات المعوية، بينما هناك وصفة أخرى من عصـير الليمـون فقـط لعلاج اللثة الضعيفة المترهلة على شكل تدليك موضعي، وقد عرف الفراعنة قيمة عصير الليمون في قتل، وإبادة الجراثيم المسببة للعفـن، بينما أضاف الأطبـاء العـرب القـدامى قشـر الليمـون فوائـد منبِّهـة ومقوية للمعدة، وفاتحـة للشـهية، وكـذلك مقويـة للقلـب والكبـد، ومدرة للبول.

التحليل والفوائد الطبية:

يعتبر عصير الليمون البلدي من أغنى أنواع الثمار بفيتامين (ج)؛ لأن كل ٢٠٠ جرام من العصير تحتوي على حوالي ٥٦ ملجم فيتامين (ج) الواقي من مرض الأسقربوط، وعلى حوالي ٥٠ ميكروجرام فيتامين (ب) الواقي من التهاب الأعصاب، ٨٠ ميكروجرام من النياسين الواقي من مرض البلاجرا، ٤,١ ميكروجرام ريبوغلاغين اللازم لتنظيم عمليات الأكسدة، والتمثيل الغذائي، وعلى حوالي ٨٪ مواد كربوهيدراتية وسكرية، ٧٪ حامض الليمون، ٠,٠٣٪ أملاح معدنية أهمها الكالسيوم والفوسفور والبوتاسيوم، وقليل من أملاح الحديد، وعلى نسبة عالية من مادة السترين المقوية لجدران الأوعية الدموية.

ومن المعروف علميًا أن مثل هذه المركبات المعدنية تعمل في المحافظة على المعدل القلوي الذي يجب أن يكون عليه الجسم.

وبالرغم من أن عصير الليمون حامضي التأثير إلا أنه لا يضر الجسم، ولا يزيد من درجة حموضة الدم في حالة تناوله بكثرة؛ لأنه اتضح علميًا أن تناول عصير الليمون يعمل على خفض درجة حموضة الدم، وبذلك يعتبر مفيدًا في حالات الروماتيزم والنقرس والبول السكري.

والليمون يعتبر من العوامل المدرة للبول، ويساعد كثيرًا على

خفض درجة الحرارة في حالات الحميات، ونظرًا للتأثير الحمضي لليمون؛ فهو لديه القدرة على قتل الجراثيم التي تلوث الطعام كما هو الحال بالنسبة للتيفود والباراتيفود والكوليرا، ومن المعروف طبيًا أن الإنسان البالغ يحتاج يوميًا إلى حوالي٧٥ ملليجرام من فيتامين (ج).

أما الطفل الصغير؛ فيكفيه ٣٠ ملليجرام، والطفل من عمر سنة حتى ١٤ سنة يحتاج إلى كمية تتراوح ما بين (٩٠- ٢٠) ملليجرام، بينما يحتاج الفرد في سن العشرين إلى حوالي ١٠٠ ملليجرام، ثم تنخفض احتياجات الإنسان بعد ذلك تدريجيًا إلى ٧٥ ملليجرام، ماعدا فترات معينة قد يحتاج فيها الإنسان إلى جرعات كبيرة من فيتامين «ج» كما هو الحال في بعض الأمراض، والعمليات الجراحية التي تصل فيها الكمية إلى حوالي ٢٠٠ ملليجرام أو أكثر يوميًا، وغالبًا ما تقدم هذه الكمية العالية من الفيتامين على هيئة أقراص أو حقن، واستعمل الليمون في علاج كسل الكبد والروماتيزم والتهابات الفم واللسان والحنجرة والصداع وتنقية وعلاج البشرة.

١٧- مشروب المشمش

إن هذا المشروب الذي يكثر تناوله مثلجًا، وخاصة عقب الصيام في شهر رمضان المعظم له فوائد صحية وعلاجية هائلة، وخاصة إذا عرفنا أن ثمار المشمش تحتوي على حوالي ٣٠٪ من

وزنها بذور، ١٣٪ مواد سكرية، ٨٠٪ ماء، وعلى قليل من المواد البروتينية والدهنية، وعلى مجموعة فيتامينات (أ، ب، ج)، وكذلك الأملاح المعدنية القلوية، وخاصة الحديد والكالسيوم والفوسفور، وأيضًا الصوديوم والبوتاسيوم وحمض النعناع والليمون والطرطريك والعفص.

ومن أهم خواص مشروب المشمش أنه يعمل على تعديل الحموضة الضارة المتخلفة عن بعض الأغذية الأخرى، ويفيد كثيرًا في علاج الاضطرابات الهضمية، وحالات الإمساك، ونظرًا لأن المشمش يحتوي على العفص وحمض النعناع والليمون والطرطريك؛ فإنه يفيد في علاج حالات الإسهال، واضطرابات العادة الشهرية، وكذلك زيادة درجة الحموضة في الدم.

أما الزيت المستخرج من نوى المشمش؛ فهو يدخل في تحضير كثير من المستحضرات الطبية، وخاصة الدهانات لعلاج التجاعيد، وقد اتضح أيضًا أن مغلي أوراق المشمش يحتوي على مضاد حيوي طبيعي يفيد حالات التهابات الحلق والصدر والرشوحات شتاءً.

١٨- مشروب المغات

منذ أن جاء هذا المشروب ضمن الوصفات العلاجية للأطباء العرب القدامى كمقوي للأعضاء، ومفيد للنحفاء، ولإزالة أوجاع المفاصل، وعرق السنا والتشنجات، وزيادة الحيوية الجنسية، أصبح

من المشروبات الشعبية المحببة، وخاصة للنفساء بعد حالات الـولادة، ولكثير من الكبار من أجل الحصول على صحة أفضل.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي المغات على جوالي ٣٥٪ نشـا، ٧٥, ٢٤٪ مـادة غرويـة، ٦٪ مواد بكتينية، ٣٪ سكر، ٧٥, ٤٪ سليلوز، ٥٪ مواد معدنيـة، ٥٪ مواد دهنية، والبـاقي رمـاد معـدني، ١٣٪ كالسـيوم، وبـذلك يعتـبر المغات غنيًا بالمواد الكربوهيدراتية والغرويـة؛ ولـذلك يولّـد مقـدارًا كبيرًا من الطاقة الحرارية اللازمة للقوة والنشاط، ولهذا يعتبر مساعدًا جيدًا للمرضى أثناء فترة النقاهة، وخاصـة للسيدات بعـد الوضـع، ولعلاج حالات الضعف العام، والنحافة الشديدة.

١٩- مشروب النعناع

جاء في الوصفات الفرعونية أن مشروب مغلي النعنـاع البلـدي يعالج أمراض واضطرابات الجهاز الهضمي، وخاصة عند الأطفـال؛ لأنه يتمتع بالقدرة على قتل الميكروبات، كما استعمل مـن الخـارج على شكل دهان لعلاج البثور، والجروح ثم أضاف أطباء العرب إلى النعناع فوائد تقوية المعدة، وعـدم القـيء، والمسـاعدة علـى الهضـم، ومزجوه بالخل لعلاج نزيف الدم من البطن، واستعملوه من الخارج علـى شـكل ضـمادات لتسـكين الآلام، وإزالـة الأورام والصـداع، ووصفوه شرابًا ودهانًا لعلاج الحكة والجرب.

التحليل والفوائد الطبية:

تحتوي أوراق النعناع على زيت الطيار مع المنقول، ومواد دابغة، ومسكنة للتشجنات، ومدرة للصفراء، ومضادة للالتهابات، وطاردة لغازات المعدة، كما تأكد العلماء المحدثون أن لمشروب النعناع تأثيرات منبهة للأغشية المخاطية، ومنشطة لإفرازات المرارة والكبد، ومسكنة للمغص، ومفيدة لعلاج حساسية الغشاء المبطن للمعدة، والتخلص من آلام العادة الشهرية.

لقد أثبت العالم «فيرجل» أن النعناع مطهر للجروح، أما زيت النعناع؛ فهو يحتوي على ٦٠٪ منقول، وهو منبِّه ممتاز للأغشية المخاطية، ويمتصه الجسم بسرعة، ولذلك يدخل حاليًا في تركيب معظم أدوية الكحة، ونزلات البرد، ويستعمل أيضًا كدهان موضعي لعلاج آلام الصداع، والتهابات الثدي، وأمراض الجلد.

٢٠- مشروب الينسون

جاء مغلي الينسون في الوصفات الفرعونية لعلاج آلام واضطرابات المعدة، وعسر البول، وكذلك في بردية «هيرسبت» كطارد لانتفاخات الأمعاء، وأيضًا ضمن غسول للفم كعلاج لآلام اللثة والأسنان ثم جاء مشروب الينسون ضمن الوصفات العلاجية للطب العربي لعلاج حالات ضعف المعدة، والرشوحات، وبعض أنواع الصداع، ولتفتيت حصوات الكُلى، وكسل الطحال.

التحليل والفوائد الطبية:

يحتوي الينسون على زيت طيار به نسبة عالية من مادة الأنثيول، وبعض المواد الأخرى، ويدخل في تحضير الكثير من أدوية السعال والبرْد ومغص الأطفال، وحالات الربو العصبي، ومن أهم مميزات مشروب مغلي الينسون تنبيه الأغشية المبطنة للحلق، والمسالك التنفسية، وإزالة التشنجات، وحالات المغص المعوي، وينصح بشرب الينسون ساخنًا في درجة حرارة مرتفعة قدر الإمكان، وثبت من الأبحاث العملية الحديثة أن للينسون تأثيرًا هرمونيًّا ذكريًا في حالة تناوله بكميات قليلة، إما إذا أخذ بكثرة؛ فإنه يقلل منها، ويؤثر في الحالة الجنسية للرجل.

* * *

الفهـــرس

الفصل الأول

أنواع النباتات

الفصل الثالث

قسم الحيوية والنشاط والجمال والتجميل

* * *

الطب القديم

خلاصة أسرار الأطباء القدامى من الطبيعة

ANCIENT MEDICINE

د. عادل عبدالعال

Dr.Adel Abdul'Aal



د. عادل عبدالعال

نائب رئيس اكاديمية اونتاريو بكندا

دكتوراه في طب الأعشاب والطب البديل

دكتوراه في فسيولوجيا التغذية و الرياضة

ماجستير إصابة الركبة.

مؤسس ومدير عام مركز السمنة والنحافة بدولة الإمارات العربية المتحدة.

مؤسس ومدير عام مركز دار العرب للطب البديل بدولة الإمارات العربية المتحدة.

مركز السمنة والنحافة
الإمارات العربية المتحدة
هاتف: 97167457775
97167452231
فاكس: 97167421496
www.tebbadil.com

8GATES by Ayman Alzeeny



أجيال
AJIAL
www.darajial.net
مكرم عبيد - مدينة نصر
مصر - القاهرة
تليفون: ٢٠١٠٢١٨٩٦٢٧+
ajial@darajial.net


حصريات
مجلة
الابتسامة